

УТВЕРЖДАЮ

ИИ КОЗЛОВ В. И.



В. И. Козлов

« 9 » Игоревский 2025 год

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 15

им. И.Ф. Масловского



И. Н. Дужая

« 9 » Игоревский 2025 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(10 – ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН

Сезон: зимне-весенний

Возраст: 7 - 11 лет

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1								
День 1								
завтрак	КАША вязкая молочная из риса и пшени	220	8,4	10,6	35,1	270,5	175	2011
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)п	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	580	2021
Итого за завтрак:		500	16,7	16,6	79	533,7		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры п**	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	МАКРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:		890	25,5	23,8	109,3	741,1		
Итого за день:		1390	42,2	40,4	188,3	1274,8		

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1								
День 2								
завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) отруцы п**	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	100	10,6	13,2	14,3	218,5	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-тгк	25	0,2	0,8	1,2	13	419-тгк	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ п	155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,3	0,1	21,7	89,9	467	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		585	19,3	18,7	84,3	584,3		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ п	70	0,9	4,3	4,3	58,9	31	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п	200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	ТЕФЕЛИ РЫБНЫЕ-тгк	110	9,5	9	12	166,5	239	2011
	КАРТОФЕЛЬ, тушенный с луком	150	3,2	7,7	23,9	173,1	145	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,9	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за обед:		795	26,9	27,5	95,5	730,2		
Итого за день:		1380	46,2	46,2	179,8	1314,5		

** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
 возрастная категория: 7-11 лет

среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1								
День 3								
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помылоры п**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные-гтк	110	9,5	11	12	166,5	486-гтк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ п	150	4,1	6	8,7	105	377	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-гтк	30	0,3	1	1,4	15,7	419-гтк	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ п	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		600	18,8	18,7	66,1	489,2		
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	0,1	4,4	23,6	56	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ п	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	13,3	17,5	29,8	430,9	263	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
Итого за обед:		745	22,4	23,5	113,1	858,4		
Итого за день:		1345	41,2	42,2	179,2	1347,6		

** - допускается выдачи иных овощей

*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

Прием пищи	Наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
							Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1												
День 4												
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ п					60	0,9	3,7	4,6	55,2	30	2021
	КНЕЛИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ С РИСОМ-тгк					90	10,1	11,3	7,5	218,3	301-тгк	2011
	МАКРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п					150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п					200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:						540	19,9	20,6	68,8	584		
обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ п					60	0,7	3,1	3,3	43,8	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯп					200	2	3,1	8,9	71,4	128	2021
	МЯСО ТУШЕНОЕ					90	9,5	16,4	2,3	274,5	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ п					150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ п					200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
Итого за обед:						120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за день:						905	23,5	27,3	97,5	808,7		
						1445	43,4	47,9	166,3	1392,7		

* - допускается выдачи иных фруктов

сезон: зимне-весенний
 возрастная категория: 7-11 лет

питания

Прием пищи	Наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
							Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1												
День 5												
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ п					60	1	3,6	4,9	56,4	9	2021
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-тлк					180	12,5	13,9	32,2	294,8	375-тлк	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п					200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)п*					100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021
Итого за завтрак:						580	20,2	20,7	76	565,2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) отруцы п**					60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п					200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ					100	12,6	15,2	8,1	265,4	297	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый)					150	4,1	5,8	23,8	112,9	400-тлк	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п					200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
Итого за обед:						795	26,3	25,7	97,3	720		
Итого за день:						1375	46,5	46,4	173,3	1285,2		

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет

понеделник

ПОНЕДЕЛЬНИК												
Прием пищи	Наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
							Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2												
День 1												
завтрак	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ					60	0,7	0,1	4,4	23,6	56	2011
	ТУЛЫШ					90	9,6	13,4	2,6	278,1	260	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ п					150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п					200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:						540	18,3	17,4	68,1	612,8		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы п**					60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ п					200	2,1	2,8	7,5	64	115	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ					200	13,4	22,9	31,1	432,1	259	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ п					200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*					100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:						830	22,4	27,1	101,2	786,1		
Итого за день:						1370	40,7	44,5	169,3	1398,9		

* - допускается выдача иных фруктов

** - допускается выдача иных овощей

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прием пищи	Наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
							Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		туры	
Неделя 2												
День 2												
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) отруцы п**					60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ					100	10,8	10,2	13,6	276,6	326	2016
	МАКРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п					150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮп-тк					25	0,2	0,8	1,2	13	419-тк	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п					200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	Итого за завтрак:					575	20,2	16,7	74,2	613,7		
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК п					60	0,6	3,7	4,5	53,4	22	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п					200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ п-тк					100	12,8	4,1	5,9	112,6	308-тк	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ					180	3,9	11,8	29,4	239,9	142	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п					200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	Итого за обед:					805	24	24	98,9	709		
Итого за день:					1380	44,2	40,7	173,1	1322,7			

** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет

среда

Прием пищи	Наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
							Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 2												
День 3												
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)п					60	1,1	5,3	4,6	70,8	150	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ-тк					150	13,5	11,6	3,5	201,2	268-ттк	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п					200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*					100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
	ПРЯНИКИ п***					20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
	Итого за завтрак:					570	20,2	18,9	70,7	563,2		
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ п					60	0,8	3,7	4,6	54,6	26	2021
обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п					200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ					110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗАЯ п					155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п					200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
	Итого за обед:					805	27,5	25,4	98,5	722,4		
	Итого за день:					1375	47,7	44,3	169,2	1285,6		

* - допускается выдачи иных фруктов

*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

четверг							Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г						
Неделя 2											
День 4											
завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ п	60	0,5	3,6	1,6	40,8	16	2021			
	ТЕФЕЛИ РЫБНЫЕ	110	9,5	9	12	166,5	239	2011			
	ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ п	150	4,1	6	8,7	105	377	2021			
	НАПИТОК ИЗ ПИПОВНИКА п	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	25	1,9	0,2	15,3	58,5	573	2021			
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021			
Итого за завтрак:		565	18,3	19,4	63,9	490					
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ п	70	1	4,2	5,9	65,9	1	2021			
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ п	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021			
	ГУЛЯШ	100	10,6	14,9	2,9	309	260	2011			
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	2,3	4,6	26,4	155,2	324	2008			
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД п	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021			
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021			
Итого за обед:		815	23,1	28,9	97,5	863,1					
Итого за день:		1380	41,4	48,3	161,4	1353,1					

сезон: зимне-весенний
 возрастная категория: 7-11 лет

пятиница

пятница												
Прием пищи	Наименование блюда					Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
							Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2												
День 5												
завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком ттк					150	15,5	8	37,2	294,1	236	2012
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)п					10	0,1	7,3	0,1	66,1	79	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ п					200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*					110	0,4	0,4	10,8	48,4	82	2021
Итого за завтрак:						500	18,6	16	72,4	518,8		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры п**					60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п					200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА-тгк					100	14,9	18	30,5	299,8	294-тгк	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ п					150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п					200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п					30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п					20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*					120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за обед:						880	26,2	26	115	753,7		
Итого за день:						1380	44,8	42	187,4	1272,5		

* - допускается выдачи иных фруктов

** - допускается выдачи иных овощей

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	561	18,98	19,06	74,84	551,28
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,65	24,13	22,34	23,46

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32,36	32,35	30,61	32,84

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	1387	43,9	44,62	177,38	1322,96
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		46,2	47,2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		57,01	56,48	52,95	56,30

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)				
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	550	19,12	17,68	69,86
СанПиН 100 % суточной нормы:	77	79	335	2350
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:	15,4	15,8	67	470
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:	19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней	25	22,38	20,85	23,82

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)				
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	827	24,64	26,28	102,22
СанПиН 100 % суточной нормы:	77	79	335	2350
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:	23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:	26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней	32,00	33,27	30,51	32,63

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)				
Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Итого за 5 дней (вторую неделю) в среднем фактически:	1377	43,76	43,96	172,08
СанПиН 100 % суточной нормы:	77	79	335	2350
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:	38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:	46,2	47,2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней	56,83	55,65	51,37	56,45

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ				Пищевые вещества		
	суммарный вес блюд	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
1 ДЕНЬ	500	16,7	16,6	79	533,7	
2 ДЕНЬ	585	19,3	18,7	84,3	584,3	
3 ДЕНЬ	600	18,8	18,7	66,1	489,2	
4 ДЕНЬ	540	19,9	20,6	68,8	584	
5 ДЕНЬ	580	20,2	20,7	76	565,2	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:				561	18,98	19,06 74,84 551,28
6 ДЕНЬ	540	18,3	17,4	68,1	612,8	
7 ДЕНЬ	575	20,2	16,7	74,2	613,7	
8 ДЕНЬ	570	20,2	18,9	70,7	563,2	
9 ДЕНЬ	565	18,3	19,4	63,9	490	
10 ДЕНЬ	500	18,6	16	72,4	518,8	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:				550	19,12	17,68 69,86 559,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):				555,5	19,05	18,37 72,35 555,49

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ				Пищевые вещества		
	суммарный вес блюд	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	
1 ДЕНЬ	890	25,5	23,8	109,3	741,1	
2 ДЕНЬ	795	26,9	27,5	95,5	730,2	
3 ДЕНЬ	745	22,4	23,5	113,1	858,4	
4 ДЕНЬ	905	23,5	27,3	97,5	808,7	
5 ДЕНЬ	795	26,3	25,7	97,3	720	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:				826	24,92	25,56 102,54 771,68
6 ДЕНЬ	830	22,4	27,1	101,2	786,1	
7 ДЕНЬ	805	24	24	98,9	709	
8 ДЕНЬ	805	27,5	25,4	98,5	722,4	
9 ДЕНЬ	815	23,1	28,9	97,5	863,1	
10 ДЕНЬ	880	26,2	26	115	753,7	
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:				827	24,64	26,28 102,22 766,86
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):				826,5	24,78	25,92 102,38 769,27

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 595079120666552259363833422548667397541845386460

Владелец Дужая Ирина Николаевна

Действителен с 20.08.2024 по 20.08.2025