

УТВЕРЖДАЮ

ИП Игнаткина Н.А.



Н. А. Игнаткина

2024год

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 15

им. И. Ф. Масловского

И. Н. Дужая

2024год



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(12 – ти дневное)

**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН**

Сезон: осенний

Возраст: от 12 лет и старше

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 понедельник

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя I день								
Завтрак	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112,2	14	2011
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со стущенным молоком	200	20,7	10,7	49,6	392,3	236-ттк	2012
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	573	2021
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	115	0,5	0,5	11,3	51,1	338	2011
Итого за завтрак:								
		550	23	23,7	81,1	645,2		
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (помидоры)	100	1,1	0	2,4	14	70	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,6	2,8	19,8	115,7	101	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,9	18	14,5	279,7	294-ттк	2011
	ШОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,7	175,5	312	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (группа)	120	0,5	0,3	12	54,7	338.1	2011
Итого за обед:								
		1000	29,3	30,3	111,6	839,4		
Всего за день:								
			52,3	53,96	192,7	1484,6		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 2								
Завтрак	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	100	1,3	5,1	5,9	76,3	2	2021
	НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,6	189,4	326-гтк	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	25	0,2	0,8	1,2	13	419-гтк	2021
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
Итого за завтрак:								
		25	1,9	0,2	12,5	59,2	ПП	2008
Обед								
	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	630	21,9	22,4	88,3	642,7		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	110	0,9	6,6	2,9	74,8	16	2021
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	16,5	8,8	8,6	181,1	229	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	4,3	7	45,2	260,9	305	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	ПП	2008
	ВАФЛИ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПП	2008
		30	0,8	1	23,2	106,2	ПП	2008
Итого за обед:								
		970	28	28,8	135,4	915,6		
Всего за день:								
			49,9	51,2	223,7	1558,3		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 3								
Завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0	54,6	15	2011
	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	240	8,9	14,4	41,7	333,2	175	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-гтк	2024
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
Итого за завтрак:								
		565	19	24,1	95,7	677,8		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,4	6,1	8,3	93,5	52	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	102	2011
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	120	12,1	15	12,5	223,2	279	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	200	3,8	5,6	18,7	135,1	177-п	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ый ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
Итого за обед:								
		950	29	32,9	123,2	889,7		
Всего за день:								
			48	57	218,9	1567,5		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 суббота

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 6								
Завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	110	0,9	6,6	2,9	74,8	16	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	12,8	4,1	5,9	112,8	308-гтк	2021
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №331	20	0,3	0,7	1,4	13,9	331	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	2011
	Итого за завтрак:	745	23,76	17,9	82	587,5		
Обед	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	100	1,3	5,1	5,9	76,3	2	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,6	2,8	19,8	115,7	101	2011
	ГУЛЯШ	100	10,6	18,2	2,9	217,8	260	2011
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,3	4,3	35	200,2	227	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	ПР	2008
Итого за обед:		920	26,4	31,3	132,7	921,1		
Всего за день:			50,16	49,2	214,7	1508,6		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 1								
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (порциями) (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	БИТОЧКИ "АПШЕТИТНЫЕ"	100	12,9	18,6	27,8	329,9	268-ттк	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	3,9	27,7	164,5	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2	ПР	2008
Итого за завтрак:		605	20,5	22,8	79,8	606,8		
Обед		100	1,1	0	2,4	14	70	2011
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (помидоры)							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	4,1	5,4	23	156,8	108	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	110	15,3	18,9	3,3	244,7	290	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абрикос)	180	0,9	0,2	17,6	75,1	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338,2	2011
Итого за обед:		960	31,7	31	109,6	843,3		
Всего за день:			52,2	53,8	189,4	1450,1		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 день 2								
	САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	100	1,3	5,1	5,9	76,3	2	2021
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО"-рыбные	100	12,6	10,4	8,4	177,5	486-ттк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,3	25,7	175,5	312	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
		630	22,3	22,4	83,2	624,5		
Итого за завтрак:								
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (порциями) (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	11	70	2011
Обед								
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
		225	25,5	26,2	45,1	518,3	265	2011
	ПЛОВ из мяса	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	835	32,8	31,9	111,7	866,2		
Итого за обед:								
Всего за день:								
			55,1	54,3	194,9	1490,7		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 день 3									
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	100	1,6	4,2	8,1	76,9	53	2011	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	18	18,7	3,5	254,3	210-ттк	2011	
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008	
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338.2	2011	
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	ПР	2008	
		Итого за завтрак:	655	23,6	24,1	74,5	613,1		
			100	1,3	6,1	7,3	89	276	2021
		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	102	2011
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	220	20,5	15,7	28,4	337,7	328	2021	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ый ВАРИАНТ)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	840	32,8	27,9	114,4	840,9			
Итого за обед:			56,4	52	188,9	1454			
Всего за день:									

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 4								
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (порциями) (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	11	149	2021
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	100	10,6	17,2	14,3	255,1	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	20	0,2	0,7	0,9	10,5	419-гтк	2021
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	180	5,4	4,1	16,7	126	172	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ПР	2008
Итого за завтрак:								
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	660	21,5	22,6	73,1	583,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными	100	1,5	5,1	8,9	88,3	45	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	250	2,4	7,9	18,6	155,4	123-п	2021
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	5,3	4,3	35	200,2	227	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПР	2008
Итого за обед:								
Всего за день:		920	26,1	31,7	131,1	905,5		
			47,6	54,3	204,2	1488,6		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 5		10	2,3	3	0	36,4	15	2011
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	250	10,3	9,4	45,3	306,8	225	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-тук	2024
	БЛИНЧИКИ из п/ф	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	555	21,3	20,4	96	653,2		
Итого за завтрак:		100	1,1	0	2,4	14	70	2011
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (помидоры)	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	225	19,4	27,1	33,6	455,9	263	2015
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	40	3,1	0,2	20,1	94,7	ПР	2008
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338.2	2011
Итого за обед:	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	940	29	33	108,1	845,5		
Всего за день:			50,3	53,4	204,1	1498,7		

сезон: осенний
 возрастная категория: 12 лет и старше
 суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г			
Неделя 2 день 6								
Завтрак	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (помидоры)	100	1,1	0	2,4	14	70	2011
	ГУЛЯШ	100	10,6	18,2	2,9	217,8	260	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,7	3,9	27,7	164,5	223	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	30,6	ПР	2008
Итого за завтрак:								
		615	19,1	22,5	76,4	585,4		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	120	1	7,2	3,1	81,6	16	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,6	2,8	19,8	115,7	101	2011
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	13,2	7,1	6,9	144,9	229	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,4	6,6	39,4	246	256	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	ПР	2008
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	ПР	2008
Итого за обед:								
		950	31,3	26,7	110,6	808,4		
Всего за день:								
			50,4	49,2	187	1393,8		

	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (первая неделя) в среднем фактически:	610,0	22,4	22,6	83,1	629,2
СанПин 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		24,8	24,6	21,7	23,1

	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней(первая неделя) в среднем фактически:	963,3	28,2	31,0	124,0	886,9
СанПин 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		31,3	33,7	32,4	32,6

	Вес блюда	Пищевые вещества			энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)		50,54	53,63	207,02	1516,02
СанПин 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПин 50 % от суточной нормы:		45,00	46,00	191,50	1360,00
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		54,00	55,20	229,80	1632,00
выход норм в % соотношении за 6 дней		56,2	58,3	54,1	55,7

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	620,0	21,4	22,5	80,5	611,0
СанПин 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПин 20% от суточной нормы:		18	18,4	76,6	544
норма по СанПин 25% от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680
выход норм в % соотношении за 6 дней		23,8	24,4	21,0	22,5

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого завтраки за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	907,5	30,6	30,4	114,3	851,6
СанПин 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		27	27,6	114,9	816
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		31,5	32,2	134,05	952
выход норм в % соотношении за 6 дней		34,0	33,0	29,8	31,3

ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД = 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (6 ДНЕЙ)					
	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
итого за 6 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		52,00	52,83	194,75	1462,65
СанПин 100% суточной нормы:		90,00	92,00	383,00	2720
норма по СанПин 50 % от суточной нормы:		45,00	46,00	191,50	1360,00
норма по СанПин 60% от суточной нормы:		54,00	55,20	229,80	1632,00
выход норм в % соотношении за 6 дней		57,8	57,4	51	53,8

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ЛЕТ И СТАРШЕ	12	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ		550	23	24	81	645
2 ДЕНЬ		630	21,9	22,4	88,3	642,7
3 ДЕНЬ		565	19	24,1	95,7	677,8
4 ДЕНЬ		550	23	23,8	79,8	625,4
5 ДЕНЬ		620	23,5	23,9	71	596
6 ДЕНЬ		745	23,8	18	82	588
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:		610,00	22,36	22,63	83,05	629,17
7 ДЕНЬ		605	20,5	22,8	79,8	606,8
8 ДЕНЬ		630	22,3	22,4	83,2	624,5
9 ДЕНЬ		655	23,6	24,1	74,5	613,1
10 ДЕНЬ		660	21,5	22,6	73,1	583,1
11 ДЕНЬ		555	21,3	20,4	96	653,2
12 ДЕНЬ		615	19,1	22,5	76,4	585,4
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:		620,00	21,38	22,47	80,50	611,02
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)		615	21,9	22,5	81,8	620,1

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕД) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ ЛЕТ И СТАРШЕ	12	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
1 ДЕНЬ		1000	29	30	112	839
2 ДЕНЬ		970	28	28,8	135,4	915,6
3 ДЕНЬ		950	29	32,9	123,2	889,7
4 ДЕНЬ		1020	29,4	29,1	126,7	888,5
5 ДЕНЬ		920	27	33,6	114,2	866,8
6 ДЕНЬ		920	26,4	31,3	132,7	921,1
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:		963,3	28,2	31,0	124,0	886,9
7 ДЕНЬ		960	31,7	31	109,6	843,3
8 ДЕНЬ		835	32,8	31,9	111,7	866,2
9 ДЕНЬ		840	32,8	27,9	114,4	840,9
10 ДЕНЬ		920	26,1	31,7	131,1	905,5
11 ДЕНЬ		940	29	33	108,1	845,5
12 ДЕНЬ		950	31,3	26,7	110,6	808,4
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:		907,50	30,62	30,37	114,25	851,63
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ (ОБЕД)		935,4	29,4	30,7	119,1	869,2

Скреплено
печатью

И.А. Игнаткина

