

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № 9 _____

Е. Б. Мельникова

ПОДПИСЬ _____
расшифровка

" 01 " _____
2024 год



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МУП "Комбинат питания г. Дзержинска" _____

Кузнецов О.В.

" 01 " _____
2024 год



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска

№ 3, 9, 16, 18, 29, 33, 34, 40, 70, 71

с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированной программе
на 2023-2024 учебный год (возраст 7-11 лет)

Меню разработано на основе Сборника
рецептур для общеобразовательных школ 2017г.
Сборник технологических нормативов по
производству мучных кондитерских и
булочных изделий 1999г.
Сборник химический состав блюд и
кулинарных изделий 1994г.
Сборник методических рекомендаций по организации
питания детей и подростков в учреждениях
образования Самарской области 2013 г.

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины				
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е					
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21	0,20				
	Итого за завтрак	770	35,46	34,29	127,41	960,90	469,50	253,70	678,00	9,42	0,65	38,97	0,14	5,47					
ОБЕД	Пи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	10/250/10	6,45	7,80	8,30	146,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20					
№6479/13	Макароник с мясом	200	26,60	15,50	38,20	400,00	25,00	35,00	234,00	4,00	0,14	1,20	0,08	1,50					
ТТК	Кукуруза консервированная д/г	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86					
№646/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26					
	Итого за обед	760	38,28	26,07	109,68	851,70	235,25	125,17	464,30	8,17	0,49	28,08	0,32	51,34					
ПОЛДНИК																			
№604/13	Пирог печеный с конфитуром	100	5,50	5,00	58,00	300,30	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60					
ТТК	Компот из клубники	200	0,50	0,20	28,90	122,00	18,00	12,00	18,00	0,70	0,01	27,00	0,00	0,10					
	Итого за полдник	300	6,00	5,20	86,90	422,30	46,00	21,00	62,00	1,30	0,08	33,00	0,09	1,70					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1830	79,74	65,56	323,99	2234,90	750,75	399,87	1204,30	18,89	1,22	100,05	0,55	58,51					
№632/13	Голень куриная отварная, с маслом сливочным	100/5	21,80	19,97	0,90	246,00	58,00	34,00	216,00	2,00	0,08	18,00	0,12	0,40					
№6460/13	Рис отварной с овощами	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20					
№652/94	Отвар шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21					
	Итого за завтрак	573	34,00	31,80	112,30	847,60	128,60	107,50	449,20	6,38	0,48	219,20	0,82	5,33					
ОБЕД																			
№6164/13	Суп картофельный с рисом, с мясом	25/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30					
№6350/13	Шницель рыбный натуральный	100	21,40	17,60	9,00	280,00	48,00	40,00	212,00	1,80	0,18	4,00	12,00	5,20					
№6471/13	Картофель отварной	180	3,50	5,60	25,20	174,00	25,00	36,00	95,00	1,40	0,18	25,20	0,05	0,24					
№670/17	Огурец консервированный д/г	50	0,65	0,15	2,65	15,50	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32					
№6349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26					
	Итого за обед	870	40,12	36,45	113,32	915,50	175,30	154,75	531,30	7,11	0,70	40,39	12,25	9,25					
ПОЛДНИК																			
№633/13	Булочка Домашняя	130	8,8	16,4	72	470,6	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14					
№6389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20					
	Итого за полдник	330	10,20	16,60	98,40	590,60	38,00	21,30	75,30	3,60	0,12	9,30	0,02	0,34					

		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1773	84,32	84,85	324,02	2353,7	341,9	283,55	1055,8	17,09	1,3	268,89	13,09	14,92			
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества					Витамины				
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
ЗАВТРАК	ЧЕТВЕРГ																	
	Кондитерское изделие промышленного производства	28	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0				
№294/17	Биточки рублинные из пшеницы с маслом сливочным	100/5	14,99	31,87	15,51	374,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83				
№469/13	Макароны отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80				
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00				
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52				
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21				
	Итого за завтрак	573	31,03	47,5	116,14	982,5	185,2	70,8	345,4	4,31	0,43	2	76,03	2,36				
ОБЕД																		
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с цыпленком	25/250	7,40	5,80	23,00	204,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44				
№289/17	Рагу из птицы	200	20,90	17,70	17,60	217,40	32,00	93,00	193,00	2,70	0,23	42,80	0,39	3,43				
ТТК	Кукуруза консервированная длг	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86				
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20				
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42				
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26				
	Итого за обед	765	34,83	26,37	95,98	705,10	221,85	169,97	430,30	9,09	0,58	61,98	15,57	54,61				
ПОЛДНИК																		
ТТК	Сдоба деревенская	140	10,50	5,80	84,00	415,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60				
№586/13	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,40	98,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,01	3,00	0,00	0,10				
	Итого за полдник	340	10,60	5,80	108,40	513,00	35,00	11,00	48,00	0,80	0,08	9,00	0,09	1,70				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1678	76,46	79,67	320,52	2200,6	442,05	251,77	823,7	14,2	1,093	72,98	91,69	58,67				
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества					Витамины				
			Белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
ЗАВТРАК	ПЯТНИЦА																	
№420/10	Йогурт	110	2,50	2,90	9,00	71,00	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00				
ТТК	Пудинг из творожного сыра Рикотта со сгущенным молоком	150/25	24,9	18,9	40,4	438,58	273	45	367	2,2	0,12	0	0,2	1,2				
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00				
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52				
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21				
	Итого за завтрак	545	32,07	22,82	95,80	723,58	536,70	84,20	562,00	4,16	0,36	0,63	20,20	1,93				

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества															Минеральные вещества															Витамины														
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е																					
ОБЕД																																															
№683/17	Борщ с картофелем, с мясом, со сметаной	10/250/10	10,20	14,30	12,10	181,00	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20																																	
№377/13	Плов с мясом	200	20,10	17,10	25,20	396,00	17,00	37,00	197,00	3,00	0,06	1,00	0,15	3,20																																	
ТТК	Капуста квашеная д/г	75	1,35	0,08	2,25	17,25	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86																																	
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10																																	
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42																																	
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26																																	
	Итого за обед	805	36,22	33,89	98,62	876,25	235,25	130,17	432,30	7,67	0,40	16,88	0,40	53,04																																	
ПОЛДНИК																																															
№606/13	Вагрушка с творогом	100	12,14	6,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80																																	
ТТК	Компот из свежемороженных ягод	200	0,50	0,20	28,90	122,00	18,00	12,00	18,00	0,70	0,01	27,00	0,00	0,10																																	
	Итого за полдник	300	12,64	6,34	67,57	380,70	84,67	26,67	135,34	1,37	0,13	27,00	0,04	0,90																																	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1650	80,93	63,05	261,99	1980,53	856,62	241,04	1129,64	13,20	0,89	44,51	20,64	55,87																																	
№ рещ	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества															Минеральные вещества															Витамины														
1	ЗАВТРАК СУББОТА	3																																													
№338/17	Фрукт свежий	150	0,49	0,19	16,29	76,50	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20																																	
ТТК	Нагетсы рыбные с маслом сливочным	100/10	14,10	30,10	4,00	362,70	39,00	38,70	171,90	0,76	0,10	1,42	24,50	51,20																																	
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20																																	
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00																																	
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52																																	
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21																																	
	Итого за завтрак	700	25,19	39,19	96,79	866,20	271,60	120,00	446,10	4,54	0,54	52,52	24,55	52,33																																	
ОБЕД																																															
№108/17	Суп картофельный с клецками, с мясом	12,5/250	9,71	7,45	34,50	229,40	35,20	40,10	107,70	1,70	0,18	12,00	20,00	0,56																																	
№431/13	Голубцы ленивые с соусом	150/50	12,40	13,80	7,98	207,00	57,00	33,00	142,00	3,00	0,06	22,50	0,00	3,90																																	
ТТК	Кисломолочный продукт	200	6,20	6,50	8,54	118,00	250,00	29,00	184,00	0,00	0,04	1,00	0,00	0,00																																	
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42																																	
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26																																	
	Итого за обед	722,5	32,78	30,06	75,89	694,40	378,00	129,85	522,20	6,66	0,49	35,50	20,00	5,14																																	
ПОЛДНИК																																															
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																	
№591/13	Напиток из шиповника	250	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0																																	
	Итого за полдник	300	2,38	6,46	40,08	227,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00																																	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1722,5	60,35	75,71	212,76	1787,60	662,60	252,85	971,30	12,20	1,04	288,02	44,71	57,47																																	
№ рещ	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества															Минеральные вещества															Витамины														

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ																					
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК																					
	Пюре фруктовое фасованное	125	0,00	0,00	16,25	65,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00							
№66/04	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	1	0	2	0	0	0	0,07	0,1							
№2/13	Сыр твердый	20	5,68	7,28	0,00	88,80	235,20	12,00	139,20	0,24	0,01	0,16	0,06	0,16							
№272/13	Каша молочная рисовая	200	5,90	2,90	39,60	208,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88							
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00							
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52							
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21							
	Итого за завтрак	615	19,18	21,98	112,15	722,80	503,80	86,30	457,40	4,08	0,31	9,52	0,20	1,87							
ОБЕД																					
№165/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	20/250	12,30	13,86	18,60	197,20	50,00	38,00	139,00	1,90	0,16	6,00	0,21	0,30							
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55							
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70							
ТТК	Капуста квашеная дл	50	0,90	0,05	1,50	11,50	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86							
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51							
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42							
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26							
	Итого за обед	885	39,89	38,36	133,46	966,70	242,00	277,57	672,10	12,03	0,75	11,60	0,25	53,60							
ПОЛДНИК																					
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	1,7	6,2	15,7	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0							
№59/13	Напиток из шиповника	250	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0							
	Итого за полдник	300	2,38	6,46	40,08	227,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1800	61,45	66,80	285,69	1916,50	758,80	366,87	1132,50	17,11	1,07	221,12	0,61	55,47							
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества							Витамины				
			Белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
ЗАВТРАК ВТОРНИК																					
№420/10	Йогурт	110	2,50	2,90	9,00	71,00	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00							
№209/17	Йодо вареное	50	5,08	4,6	0,28	63	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,00	0,10	1,80							
ТТК	Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным	200/10	6,31	19,00	33,71	314,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38							
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00							
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52							
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21							
	Итого за завтрак	630	21,65	30,17	90,34	703,00	549,40	96,70	535,20	4,51	0,42	3,20	40,15	2,91							
ОБЕД																					
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	12,5/250/10	5,85	6,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24							
№420/13	Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	200/5	17,60	17,40	37,20	365,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00							

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины					
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мg	Р	Fe	В1	С	А	Е						
ТТК	Кеургуза консервированная д/г	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86						
№538/13	Комлот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20							
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	7,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42						
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26						
	Итого за обед	767,5	28,78	27,23	104,99	773,30	207,15	128,97	488,30	11,19	1,46	48,18	18,34	53,98						
ПОЛДНИК																				
№604/13	Пирог печеный с яблоками	100	3,30	3,10	26,30	146,00	11,00	6,00	31,00	0,70	0,06	2,00	0,03	0,70						
№342/17	Комлот из груш	200	0,20	0,2	28,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20						
	Итого за полдник	300	3,50	3,10	55,20	261,00	18,00	10,00	35,00	1,70	0,07	4,00	0,03	0,90						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1697,5	53,93	60,50	250,53	1737,30	774,55	235,67	1058,50	17,40	1,95	55,38	58,52	57,79						
ЗАВТРАК СРЕДА																				
№338/17	Фрукт свежий	200	0,72	0,28	24,26	114,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20						
№96/04	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	2,40	0,04	3,00	0,02	0,01	0,00	0,73	0,00						
№268/17	Шницель мясной с соусом	75/25	12,20	11,70	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60						
№469/13	Макаронь отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80						
№580/13	Чай с молоком	200	1,7	1,3	17,4	88	65	11	53	1,4	0,02	1	0,01	0						
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52						
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21						
	Итого за завтрак	750	25,62	31,28	117,26	906,00	155,00	80,34	341,20	5,90	0,43	39,00	0,77	5,33						
ОБЕД																				
№136/13	Борщ из свежей капусты, с картофелем, цыпленком и сметаной	20/250/5	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20						
№331/13	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	20,10	8,20	13,70	203,00	44,00	35,00	205,00	2,00	0,18	13,00	0,03	4,20						
№461/13	Рис отварной	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20						
№70/17	Огурец консервированный д/г	30	0,39	0,09	1,59	9,30	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32						
№389/17	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20						
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42						
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26						
	Итого за обед	845	40,08	27,46	109,46	824,50	166,90	134,15	460,50	9,21	0,53	31,67	0,75	10,80						
ПОЛДНИК																				
ТТК	Роталик с вареным стуженым молоком	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08						
№652/94	Отвар из шиповника	200	0,9	0,0	23,3	99,1	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0						
	Итого за полдник	300	4,93	6,00	47,32	229,14	24,20	11,00	39,80	1,48	0,07	203,20	0,17	0,08						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1895	70,63	64,74	274,04	1959,64	346,10	225,49	841,50	16,59	1,03	273,87	1,69	16,21						
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины					
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мg	Р	Fe	В1	С	А	Е						

ФОРМА 3. БЕЛОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ
2023-2024г

Наименование группы продуктов	Рекомендуемое количество продуктов(нето) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека												В средне м за 12 дней	В средне м за 1 день	Отклоне- ние от нормы в % (+/-)
		7-11 лет ОБЗ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11			
Мясо	гр 42	48	65	40	0	90	80	89	20	88	74	0	0	594,0	49,5	117,9
Птица	гр 21	0	0	132	238	0	0	0	0	0	0	106	121	597,0	49,8	236,9
Субпродукты	гр 18	0	80	0	0	0	0	0	80	0	0	0	0	160,0	13,3	74,1
Рыба	гр 34,8	26	0	104	0	0	126	0	0	64	0	0	0	320,0	26,7	76,6
Яйцо	гр 24	50	10	10	0	11,5	16	0	50	6	6	14	9	182,5	15,2	63,4
Молоко	гр 180	185	0	10	75	63	128	216	167	178	235	62,5	174,5	1494,0	124,5	69,2
Кисломолочные продукты	гр 90	0	0	0	0	110	200	0	110	0	0	0	200	620,0	51,7	57,4
Творог	гр 30	0	0	0	0	164	0	0	0	0	0	151	0	315,0	26,3	87,5
Сметана	гр 6	0	10	0	0	16	10	0	10	10	10	6	5	77,0	6,4	106,9
Сыр	гр 6	20	20	0	0	0	0	20	0	0	35	0	10	105,0	8,8	145,8
Масло сливочное	гр 18	28	19	22	23	12	21	29	18	26	23	13	11	245,0	20,4	113,4
Масло растительное	гр 9	10	14,4	16,2	14,3	16	14	12	7	10	14	7	12	146,9	12,2	136,0
Макаронные изделия	гр 9	0	60	0	68	0	0	0	0	61	20	0	0	209,0	17,4	193,5
Крупы, бобовые	гр 27	116	73	56	0	51	8	106	44	56	12	0	73	595,0	49,6	183,6
Сахар	гр 18	21	18	18	16	22	19	19	20	18	18	18	18	225,0	18,8	104,2
Кондитерские и выпеч- ные изделия	гр 6	50	0	28	28	0	50	50	0	0	0	0	0	206,0	17,2	286,1
Картофель	гр 112,2	75	30	162	171	50	164	50	213	20	140	228	225	1528,0	127,3	113,5
Овощи	гр 168	155	143	153	100	152	152	118	168	194	245	86	126	1792,0	149,3	88,9
Сухофрукты	гр 9	25	20	40	0	20	25	44,4	0	20	20	0	20	234,4	19,5	217,0
Чай	гр 0,6	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	4,0	0,3	55,6
Кофейный напиток, какао	гр 1,8	2	0	0	2	0	6	6	2	0	6	0	2	26,0	2,2	120,4
Фрукты	гр 111	0	288	0	40	46,2	150	0	152	200	42	143,2	180	1241,4	103,5	93,2
Сок	гр 120	400	0	200	200	0	0	125	0	200	200	0	0	1325,0	110,4	92,0
Соль	гр 1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	21,6	1,8	100,0
Мука	гр 9	5	34	34	37,2	34	17	0	34	34	34	34	34	331,2	27,6	306,7
Хлеб пшеничный	гр 48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	600,0	50,0	104,2
Хлеб пшеничный	гр 90	80	93	82	88	74,5	76	83	78	83	70	99	98	1004,5	83,7	93,0