Общество с ограниченной ответственностью

«Вкус и Качество»

«Согласовано»:

Директор Кренинг Е.А.

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

Примерное двенадцатидневное меню

для организации питания детей от 7-11 лет

на весенне-летний период

в образовательных учреждениях

«Утверждаю»

ООО «Вкус и Качество»
Директор Т.Л.Кудинова

Общество с ограниченной ответственностью "ВиКо" Российская Федерация г.Пермь «Вкус и Качество» ОГРН 1045901005898

Март 2022 года

(в работе с 28 марта)

Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней
Обеспечение питанием детей 7-11 лет в вессене-летний период (З1+О1+П)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека												В среднем за период	Норма в день, г(мл)
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день		
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	1,53	0,40	0,20	0,30	0,31	0,30	0,30	0,20	0,66	0,30	0,31	0,30	0,43	0,12
2. КАКАО-ПОРОШОК							2,40			2,40			0,40	0,60
3. КАРТОФЕЛЬ	136,10	50,00	130,50	167,90	126,34	18,00	191,20	50,10	164,90	22,50	111,44	151,40	110,03	112,20
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ		200,00		200,00	100,00	200,00		200,00		200,00		200,00	108,33	90,00
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	95,00			45,20		20,00	0,20		15,00	45,20		50,10	22,56	6,00
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК				2,00					5,00			2,40	0,78	1,20
7. КРАХМАЛ													0,00	1,80
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	44,00	69,40	50,00	44,00	53,40	94,10	52,40	62,90	50,00	40,00	49,50	16,50	52,18	27,00
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	10,00			20,00	51,00					51,00	78,81		17,57	9,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	23,17	16,60	8,00	18,90	7,00	3,80	18,00	15,57	8,90	6,20	20,10	16,90	13,60	9,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	12,26	30,40	22,00	13,40	26,33	42,10	13,90	42,80	30,12	33,00	26,26	39,10	27,64	18,00
12. МОЛОКО	140,30	30,00	133,50	213,30	131,70	217,50	216,10	85,70	237,40	268,30	59,90	102,50	153,02	180,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	46,30	97,70	80,00	75,50	34,72	70,70	60,00	66,10	125,20	80,50	38,32	78,00	71,09	9,00
14. МЯСО 1-Й КАТЕГОРИИ	36,00			36,00		64,10				63,00	76,50		22,97	42,00
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	203,30	265,25	156,50	82,30	61,90	172,05	108,10	267,35	130,30	143,88	169,80	219,80	165,04	168,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	32,40	98,40		32,40	68,20		139,20						30,88	21,00
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕНОЕ			76,00		32,00				74,70			62,00	20,39	34,80
18. САХАР	24,70	60,00	34,90	30,10	12,44	41,90	50,60	25,00	33,78	29,80	23,64	55,40	35,19	18,00
19. СМЕТАНА			10,00		1,00		8,00	10,00	8,00	8,00	9,00	5,70	4,98	6,00
20. СОКИ ПЛОДООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	220,00		220,00		210,00	20,00	200,00	25,00	200,00		200,00		107,92	120,00
21. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,78	13,10	4,00	11,00	10,52	3,30	6,40	3,80	7,34	6,70	16,12	6,20	7,69	1,80
22. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)								116,00					9,67	18,00
23. СУХОФРУКТЫ		20,00			20,00		20,00		20,00			20,00	8,33	9,00
24. СЫР	20,00		15,00		20,00			20,00		19,60	6,10		8,39	6,00
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)		46,10						74,70				153,00	22,82	30,00
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		7,20	200,00	20,00		100,00	26,40	7,20		40,00	20,00		35,07	111,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	127,00	95,75	95,00	107,00	99,20	106,50	100,00	80,00	91,70	93,90	40,00	60,00	91,34	90,00
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ	20,00	20,00		20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	40,00	20,00	20,00	48,00
29. ЧАЙ	1,00	1,00	1,00		0,60	1,00		1,00			1,00		0,55	0,60
30. ЯЙЦО, ШТ	3,87	38,10	29,40	57,80	3,66		54,10	22,80	18,22	16,80	3,66	5,90	21,19	24,00

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые веществ	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	63,28	67,90	278,92	1977,01		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	4090,77	2458,74	601,28	246,25	1070,53	13,14
Витамины	A, мкг	B1, мг	B2, мг	PP, мг	C, мг	
	387,30	0,97	1,28	10,50	105,90	

Рекомендации по корректировке меню: _____

Подпись медицинского работника и дата: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней

Подразделение:Обеспечение питанием детей 7-11 лет в вессене-летний период (32+01+П)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека												В среднем за период	Норма в день, г(мл)
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день		
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	1,53	0,20	0,20	0,30	0,31	0,30	0,30	0,20	0,20	0,30	0,31	0,30	0,37	0,12
2. КАКАО-ПОРОШОК							2,40						0,20	0,60
3. КАРТОФЕЛЬ	136,10	50,00	130,50	167,90	126,34	148,50	191,20	50,10	164,90	96,50	111,44	151,40	127,07	112,20
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ		200,00		200,00		200,00		200,00		200,00		200,00	100,00	90,00
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	95,00	0,20		0,20			0,20			0,20		0,10	7,99	6,00
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК				2,00					5,00			2,40	0,78	1,20
7. КРАХМАЛ													0,00	1,80
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ		82,70	50,00	33,00	65,80	45,20	48,00	42,90	52,60		49,50	15,00	40,39	27,00
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	10,00			20,00	51,00			51,00		51,00	78,81		21,82	9,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	25,67	16,10	8,00	25,10	7,00	7,40	18,00	17,97	13,40	14,80	20,10	16,60	15,85	9,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,16	23,00	22,00	12,10	27,63	40,20	28,40	40,70	24,30	22,60	26,26	39,10	25,70	18,00
12. МОЛОКО	104,80	82,00	133,50	141,10	155,70	59,30	206,30	47,80	141,40	71,40	59,90	102,50	108,81	180,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	46,30	64,10	80,00	75,50	34,72	70,70	60,00	66,10	72,00	80,50	38,32	76,70	63,75	9,00
14. МЯСО 1-Й КАТЕГОРИИ	36,00			36,00		64,10			51,30	63,00	76,50		27,24	42,00
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	203,30	121,35	156,50	149,10	61,90	233,35	108,10	142,05	207,25	258,88	141,00	219,80	166,88	168,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	32,40	98,40		100,60	68,20	67,50	139,20			66,90			47,77	21,00
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕНОЕ			76,00		32,00			60,00	74,70			62,00	25,39	34,80
18. САХАР	19,60	52,60	34,90	29,50	12,44	36,20	50,10	25,00	30,10	28,00	23,64	53,40	32,96	18,00
19. СМЕТАНА		6,70	10,00		1,00		8,00	10,00	8,00		9,00	5,00	4,81	6,00
20. СОКИ ПЛОДООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	220,00		220,00		210,00	20,00	200,00	25,00	200,00		200,00		107,92	120,00
21. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,08	14,10	4,00	10,90	11,12	3,90	6,30	7,30	7,00	10,20	16,12	6,00	8,42	1,80
22. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)								116,00					9,67	18,00
23. СУХОФРУКТЫ		20,00			20,00		20,00		20,00			20,00	8,33	9,00
24. СЫР		16,00	15,00		20,00			20,00		4,60	6,10		6,81	6,00
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)		186,70										135,00	26,81	30,00
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100,00	7,20	200,00	20,00	80,00		26,40	7,20		20,00	20,00	100,00	48,40	111,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	127,00	122,45	95,00	126,20	99,20	131,50	100,00	125,20	122,50	135,60	40,00	60,00	107,05	90,00
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ	20,00	20,00		20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	40,00	20,00	40,00	20,00	21,67	48,00
29. ЧАЙ	1,00	1,00	1,00		0,60	1,00		1,00		1,00	1,00		0,63	0,60
30. ЯЙЦО, ШТ	103,87	8,10	29,40	7,80	3,66		54,10	28,80	12,50	16,80	33,66	5,20	25,32	24,00

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые веществав	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	66,99	68,46	265,58	1943,32		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	4469,12	2609,94	548,46	240,42	1051,62	14,17
Витамины	A, мкг	B1, мг	B2, мг	PP, мг	C, мг	
	381,14	0,96	1,26	11,74	113,26	

Рекомендации по корректировке меню: _____

Подпись медицинского работника и дата: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней

Подразделение: Обеспечение питанием детей 7-11 лет в вессене-летний период (Зав.ОВД+О.ОВД+П)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека												В среднем за период	Норма в день, г(мл)
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день		
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	1,53	0,20	0,20	0,30	0,31	0,30	0,30	0,20	0,20	0,30	0,31	0,30	0,37	0,12
2. КАКАО-ПОРОШОК							2,40						0,20	0,60
3. КАРТОФЕЛЬ	208,60	49,90	130,50	45,90	187,94	153,00	191,20	50,10	164,90	96,50	75,44	151,40	125,45	112,20
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ		200,00		200,00		200,00		200,00		200,00		200,00	100,00	90,00
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50,00		0,10	0,20			0,20			0,20			4,23	6,00
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК				2,00					5,00			2,40	0,78	1,20
7. КРАХМАЛ													0,00	1,80
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ		86,70	11,00	43,00	86,90	39,60	48,00	92,90	37,50	51,20	49,50	29,60	47,99	27,00
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ													0,00	9,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	19,67	16,28	10,00	20,40	10,70	8,40	18,00	11,77	13,20	13,80	18,60	14,60	14,62	9,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2,16	38,10	13,20	18,90	15,43	42,10	28,40	31,90	23,40	20,10	16,93	44,10	24,56	18,00
12. МОЛОКО	104,80		60,00	141,10	131,70	140,30	206,30	118,50	141,40	74,10	113,50	174,50	117,18	180,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	46,30	64,10	91,20	77,30	34,72	73,10	60,00	65,90	75,00	80,50	38,32	66,70	64,43	9,00
14. МЯСО 1-Й КАТЕГОРИИ	36,00			36,00					79,00	63,00	76,50		24,21	42,00
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	177,20	244,75	156,50	360,50	76,90	240,50	108,10	135,25	203,50	264,18	139,20	219,80	193,87	168,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	32,40	98,40		100,60	68,20	127,30	139,20			68,20			52,86	21,00
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕНОЕ			76,00						74,70			62,00	17,73	34,80
18. САХАР	4,60	33,00	9,90	29,50	2,44	16,20	35,00	14,30	8,10	15,00	13,64	33,40	17,92	18,00
19. СМЕТАНА			15,00	10,00	1,00	3,60	8,00	10,00	8,00		9,00		5,38	6,00
20. СОКИ ПЛОДООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	220,00		220,00		210,00	20,00	200,00	25,00	200,00		200,00		107,92	120,00
21. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4,08	14,20	5,00	9,10	8,62	4,10	2,30	3,98	9,50	7,90	14,32	4,80	7,33	1,80
22. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)		102,90						104,40					17,28	18,00
23. СУХОФРУКТЫ		20,00			20,00		20,00		20,00			20,00	8,33	9,00
24. СЫР					20,00			20,00		4,60	51,70		8,03	6,00
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)			135,00										11,25	30,00
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120,00	7,20	200,00	20,00	80,00		126,40	107,20		20,00	137,00	200,00	84,82	111,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27,00			46,20	19,20		20,00		11,70	38,10		20,00	15,18	90,00
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ	80,00	80,00	80,00	100,00	80,00	91,50	100,00	60,00	80,00	60,00	60,00	60,00	77,63	48,00
29. ЧАЙ	1,00	1,00	1,00		0,60	1,00		1,00		1,00	1,00		0,63	0,60
30. ЯЙЦО, ШТ	103,87	16,30	34,60	7,80	3,66		4,10	20,80	12,50	16,80	89,36		25,82	24,00

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые веществав	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	60,46	65,40	221,68	1719,30		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	3730,41	2689,73	527,57	248,13	1054,68	15,37
Витамины	A, мкг	B1, мг	B2, мг	PP, мг	C, мг	
	438,17	0,95	1,43	12,06	139,63	

Рекомендации по корректировке меню: _____

Подпись медицинского работника и дата: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: _____ _____ "____" _____ 20____ г.

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации» 5-е издание, переработанное и дополненное. Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» Пермь 2013г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрав России. Пермь 2018г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрав России. Пермь 2021г.
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 2020г.
- «Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания» Скурихин И.М., Тутельян В.А. Москва 2007г.

Пояснительная записка по составлению двенадцатидневного (десятидневного) меню для учащихся школ возрастной категории 7-11 лет.

В школе организовано для учащихся возрастной категории 7-11 лет трехразовое питание: завтрак, обед и полдник. Разработанное и представленное меню на весенне-летний период предусматривает 3-х разовое питание: завтрак, обед и полдник. Меню подготовлено в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся образовательной организаций»; МР 2.4.0162-19 «Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями. Сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)».

Питание предусмотрено с учетом режима дня и организации образовательного процесса:

1 смена

для начальной школы – завтрак №2

для детей с ограниченными возможностями здоровья – завтрак №1 и обед №1

для детей ОВД (основной вариант диеты) – завтрак №3/ОВД

2 смена

для начальной школы – обед №1

для детей с ограниченными возможностями здоровья –обед №1 и полдник

для детей ОВД (основной вариант диеты) – обед №2/ОВД

Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии рассчитана из расчета: завтрак-20-25%, обед-30-35%, полдник-10-15% (общая на день – 60-75%).

Предлагаемые рационы питания позволяют выполнить главную функцию пищи – обеспечение растущего организма ребенка энергией, основными пищевыми веществами, витаминами и минеральными веществами.

Полный перечень блюд и калорийность выполняются при финансовом обеспечении.

При формировании основного горячего питания учащихся в представленном двенадцатидневном (десятидневном) меню отдается предпочтение щадящему способу приготовления блюд и пищевым продуктам с высокой пищевой ценностью, главным образом – продуктам, являющимся источником белка, полиненасыщенных жирных кислот, витаминов и других незаменимых пищевых веществ.

В качестве источника белка в составе рациона питания использованы мясо говядины, куры, рекомендуемые виды рыбы, куриное яйцо. В качестве основного источника животных жиров в рацион введены натуральные мясные и молочные продукты, включая сладко-сливочное масло, исключая крестьянское и топленое, масло с добавками.

При составлении договоров с поставщиками обращалось внимание на пищевую ценность белковых продуктов, предпочтение отдавалось поставщикам, обеспечивающим натуральными молоком, сметаной, сыром.

При приобретении мясных, рыбных продуктов предпочтение отдается полуфабрикатам, не содержащим консерванты.

В качестве источника витаминов и минеральных веществ в меню использованы плоды и овощи, фрукты, соки. При приобретении соков и напитков в промышленной упаковке предпочтение отдается витаминизированным сокам, нектарам с 50-100% содержанием соковых (сухих) веществ. Для повышения эффективности витаминизации рациона в меню

включены витаминизированные напитки промышленного выпуска «Витоша», компоты, напитки и кисели из ягод.

В целях профилактики йододефицитных состояний учащихся используется йодированная соль. В качестве источника полиненасыщенных жирных кислот и жирорастворимых витаминов в меню введены растительные масла нерафинированные.

Для расширения минерального состава пищи в меню включены овощные гарниры, салаты, подгарнировки с огурцами и помидорами, использованы изюм, сухофрукты, курага.

В рационах отсутствуют химические консерванты, ароматизаторы, красители и другие пищевые добавки.

Индивидуальное меню для детей, нуждающихся в диетическом питании отражены, как рационы ОВД и предоставляются по назначению лечащего врача.

Меню разработано для образовательных учреждений с пятидневной рабочей неделей (1,2,3,4,5,7,8,9,10,11 дни) и шестидневной рабочей неделей (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12 дни). Каждый день меню сбалансирован по белкам, жирам, углеводам и калорийности и соответствует требованиям СанПиН, как полноценный рацион питания.

Данные по пищевой ценности без учета тепловых потерь при кулинарной обработке.

"Согласовано"

_____ //

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 1

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б	20/20/5	6,81	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	200	7,27	7,15	38,51	248,11	1,05	1,25	8,49	327,3	1035,93	1602,97	238,87	6,20
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
589 СБ 2013	ПРЯНИК,	шт	1,76	13,77	28,13	243,45	0,02	0,01		2,7	3,60	18,90	2,70	0,27
	Итого по подмену:		17,42	30,74	96,73	730,78	1,12	1,35	8,73	405,5	1076,03	1775,07	261,37	7,97
	Завтрак №2													
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47
268 СБ 2018Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ2018)	150	14,51	15,56	3,70	213,33	0,10	0,53	0,81	262,5	132,94	248,90	20,93	2,59
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
589 СБ 2013	ПРЯНИК,	шт	1,76	13,77	28,13	243,45	0,02	0,01		2,7	3,60	18,90	2,70	0,27
	Итого по подмену:		19,83	30,13	70,72	635,75	0,16	0,56	7,58	265,2	161,31	296,38	36,83	5,40
	Завтрак №3/ОВД													
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я120(СБ2018)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,02	0,02	8,00		12,80	8,80	7,20	1,76
268 СБ 2018Г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (СБ2018)	150	14,51	15,56	3,70	213,33	0,10	0,53	0,81	262,5	132,94	248,90	20,93	2,59
457 СБ 2018Г	ЧАЙ/ОВД (СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10		9,80	8,25	4,40	0,82
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		18,15	16,28	33,37	355,36	0,14	0,56	8,91	262,5	160,14	287,15	37,53	5,79
	Обед №1													

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
9 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (СБ2018)	100	1,60	6,10	8,25	96,67	0,02	0,02	25,36		42,23	31,09	14,39	0,58
130 СБ 2018г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК.ИЗД/ВЕРМЕШЕЛЬ(СБ2018)	250	13,21	8,23	14,99	187,12	0,11	0,12	9,73		24,46	148,12	27,98	2,24
347 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	15,30	15,21	13,73	253,97	0,08	0,13	0,85	16,0	30,84	145,29	18,80	1,62
176 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	180	4,47	10,17	24,15	206,86	0,17	0,16	46,71	18,1	83,21	123,42	47,64	1,58
507 СБ 2018Г	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200	0,70	0,06	1,50	9,34								
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		41,60	40,49	100,10	939,80	0,42	0,45	82,65	34,1	189,34	482,12	116,61	6,86

Обед №2/ОВД

106 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
124 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(СБ2018)	250	11,72	7,44	20,21	195,16	0,18	0,16	24,90		29,71	165,74	42,36	2,51
347 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	15,30	15,21	13,73	253,97	0,08	0,13	0,85	16,0	30,84	145,29	18,80	1,62
176 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	180	4,47	10,17	24,15	206,86	0,17	0,16	46,71	18,1	83,21	123,42	47,64	1,58
507 СБ 2018Г	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200	0,70	0,06	1,50	9,34								
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		36,01	33,24	79,71	766,65	0,49	0,48	87,46	34,1	156,76	471,25	125,80	6,87

Полдник

530 СБ 2018Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(СБ2018).	100	5,43	4,87	68,42	339,27	0,09	0,06	0,25	9,7	20,47	56,74	11,98	1,36
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ГРУШЕВЫЙ	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого по подмену:		5,43	4,87	91,42	431,27	0,11	0,10	4,25	9,7	34,47	70,74	19,98	4,16

Итого за день: 0,00 руб.	138,44	155,75	472,05	3859,61	2,44	3,50	199,58	1011,3	1778,05	3382,71	598,12	37,05

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	22,62	38,91	28,87	31,10
Обед (30 - 35 %)	54,03	51,25	29,88	39,99
Полдник (10 %)	7,05	6,16	27,29	18,35
Итого за день (60 - 70 %)	83,70	96,33	86,04	89,44

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:4,5

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

День 2

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
189 СБ 2018Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ СО СГ.МОЛ.(СБ2018)	180/30	17,65	11,45	36,07	308,31	0,14	0,36	1,73	107,0	229,70	311,42	79,29	2,06
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
554 СБ 2013г.	ПЛЮШКА С САХАРОМ	шт	4,18	8,09	37,02	237,56	0,06	0,05		62,3	11,05	41,24	6,13	0,60
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		25,05	19,95	102,39	681,63	0,22	0,42	10,71	169,3	257,73	375,49	93,48	3,77
	Завтрак №2													
66 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ ПАСТОЙ/1-ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	40	5,78	7,76	10,51	130,88	0,03	0,07	0,11	60,4	18,68	108,16	10,60	0,39
279 СБ 2018Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ(СБ2018).	200/30	45,69	15,19	51,37	473,64	0,14	0,60	1,94	86,3	482,92	556,01	64,49	1,24
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		54,69	23,36	91,18	740,28	0,19	0,68	5,03	146,7	518,58	687,00	83,15	2,74
	Завтрак №3/ОВД													
106 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
358 СБ 2018	ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ(СБ2018)	90	20,65	14,97	8,38	251,14	0,33	2,33	37,29	945,4	30,33	370,86	24,93	7,74
252 СБ 2013г	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРНИРНАЯ)	150	3,13	6,55	26,03	175,64	0,04	0,03		44,2	17,35	109,73	13,54	0,66
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/ОВД(СБ2018)	200/7	0,06	0,01	0,28	1,46			2,98		12,68	9,83	5,26	0,86
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		27,42	21,83	53,67	523,50	0,41	2,38	44,47	989,7	75,16	529,62	57,13	10,18
	Обед №1													
26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	60	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	0,02	5,70		21,09	24,57	12,54	0,80

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
144 СБ 2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ.	200/10	12,63	7,34	25,12	218,10	0,24	0,13	13,53	23,6	43,52	169,10	44,35	2,84
375 СБ 2018Г	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(СБ2018),	240	22,27	29,12	35,92	495,34	0,29	0,20	4,26	39,3	63,22	355,73	90,46	2,91
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		40,96	40,13	122,15	1018,22	0,61	0,39	23,49	62,9	152,88	609,40	163,55	8,04

Обед №2/ОВД

26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	60	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	0,02	5,70		21,09	24,57	12,54	0,80
114 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(СБ2018)	200	8,80	9,33	11,54	165,63	0,12	0,11	15,82	23,6	28,63	122,60	29,83	1,79
375 СБ 2018Г	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(СБ2018),	240	22,27	29,12	35,92	495,34	0,29	0,20	4,26	39,3	63,22	355,73	90,46	2,91
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		35,55	41,84	98,45	915,59	0,47	0,36	25,78	62,9	133,99	549,90	146,23	6,77

Полдник

542 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"(СБ2018).	100	7,07	14,25	59,77	395,47	0,11	0,06		95,5	17,84	65,47	10,84	0,94
516 СБ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого по подмену:		12,87	19,25	67,77	495,67	0,19	0,40	1,40	135,5	257,84	245,47	38,84	1,14

Итого за день: 0,00 руб.	196,54	166,36	535,61	4374,89	2,09	4,63	110,88	1567,3	1396,18	2996,88	582,38	32,64

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	32,53	25,25	30,56	29,01
Обед (30 - 35 %)	53,19	50,80	36,46	43,33
Полдник (10 %)	16,71	24,37	20,23	21,09
Итого за день (60 - 70 %)	102,44	100,42	87,26	93,43

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,7

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

День 3

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
91 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (2ВАР.)Н/Б	15/15/5	5,11	8,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,0	16,95	99,20	9,45	0,33
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)	200	8,31	7,13	38,95	253,83	0,19	0,20	1,25	48,7	137,64	218,23	43,55	2,32
461 СБ 2018Г	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ А200(СБ2018)	ШТ	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	0,06	120,00		68,00	46,00	26,00	0,60
	Итого по подмену:		16,80	15,98	87,61	570,38	0,31	0,33	121,46	112,7	236,84	384,68	86,20	4,34
	Завтрак №2													
91 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (2ВАР.)Н/Б	15/15/5	5,11	8,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,0	16,95	99,20	9,45	0,33
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)	200	8,31	7,13	38,95	253,83	0,19	0,20	1,25	48,7	137,64	218,23	43,55	2,32
461 СБ 2018Г	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ А200(СБ2018)	ШТ	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	0,06	120,00		68,00	46,00	26,00	0,60
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		16,80	15,98	87,61	570,38	0,31	0,33	121,46	112,7	236,84	384,68	86,20	4,34
	Завтрак №3/ОВД													
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ А200(СБ2018)	ШТ	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	0,06	120,00		68,00	46,00	26,00	0,60
320 СБ 2013г.	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА/ОВД (СБ2018)	150	31,30	10,32	19,09	256,93	0,09	0,39	0,70	58,5	238,18	331,11	36,03	0,95
406 сб 2021г	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ/ОВД (СБ2021)	30	0,78	1,57	1,94	25,12	0,01	0,04	0,29	11,5	27,36	21,51	3,34	0,04
461 СБ 2018Г	ЧАЙ КАРКАДЕ/ОВД	200			0,07	0,27			0,10		9,80	8,25	4,40	0,82
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подменю:		37,04	12,53	55,14	456,80	0,20	0,50	121,09	70,0	347,94	428,07	74,77	3,03
	Обед №1													
50 СБ 2018Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕН.ПРОИЗВ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,30	0,30	0,96		32,00	30,00	13,00	0,80
126 СБ 2013г	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ*	250/10	12,39	11,71	10,33	188,96	0,07	0,13	25,65	10,0	63,36	149,74	36,20	2,53
300 СБ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)	90	16,52	6,02	6,54	146,53	0,12	0,22	0,58	73,1	67,27	251,57	48,40	1,37
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подменю:		38,77	30,64	92,10	795,75	0,69	0,85	253,58	127,7	222,00	545,39	137,10	6,78
	Обед №2/ОВД													
115 СБ 2013г.	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМ.ПРОИЗВОДСТВА)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,18	0,18	0,58		19,20	18,00	7,80	0,48
126 СБ 2013г	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ*	250/10	12,39	11,71	10,33	188,96	0,07	0,13	25,65	10,0	63,36	149,74	36,20	2,53
300 СБ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)	90	16,52	6,02	6,54	146,53	0,12	0,22	0,58	73,1	67,27	251,57	48,40	1,37
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА/ОВД(СБ2018)	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		37,19	30,28	71,40	702,73	0,57	0,73	253,20	127,7	209,50	541,59	134,10	6,83
	Полдник													
545 СБ 2018Г	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(СБ2018)	100	8,02	6,60	58,30	324,64	0,13	0,05		41,6	20,70	74,05	12,41	1,05
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНЫЙ	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого по подменю:		8,02	6,60	81,30	416,64	0,15	0,09	4,00	41,6	34,70	88,05	20,41	3,85

Итого за день: 0,00 руб.	154,62	112,01	475,16	3512,68	2,23	2,83	874,79	592,6	1287,82	2372,46	538,78	29,17

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	21,82	20,23	26,15	24,27
Обед (30 - 35 %)	50,35	38,78	27,49	33,86
Полдник (10 %)	10,42	8,35	24,27	17,73
Итого за день (60 - 70 %)	82,58	67,37	77,91	75,86

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,1

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 4

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
267 СБ 2018Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	ШТ	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	42,22	99,00	6,88	1,37
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	200	7,27	7,15	38,51	248,11	1,05	1,25	8,49	327,3	1035,93	1602,97	238,87	6,20
501 СБ 2013г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	14,78	94,04	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
589 СБ 2013	ПРЯНИК,	шт	1,76	13,77	28,13	243,45	0,02	0,01		2,7	3,60	18,90	2,70	0,27
	Итого по подмену:		19,86	29,38	91,29	711,35	1,17	1,64	9,79	475,0	1206,05	1823,87	265,25	8,19
	Завтрак №2													
53 СБ 2018Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ(СБ2018)	60	1,33	3,66	7,55	68,52	0,03	0,04	10,30		23,20	33,11	16,74	0,97
372 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12	1,55
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)г	150	3,32	3,56	25,40	146,96	0,09	0,03		22,4	28,44	114,21	16,59	0,63
501 СБ 2013г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	14,78	94,04	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		24,14	24,34	67,66	589,43	0,30	0,41	13,72	82,9	249,09	438,07	75,25	3,50
	Завтрак №3/ОВД													
53 СБ 2018Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ(СБ2018)	60	1,33	3,66	7,55	68,52	0,03	0,04	10,30		23,20	33,11	16,74	0,97
372 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12	1,55
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)г	150	3,32	3,56	25,40	146,96	0,09	0,03		22,4	28,44	114,21	16,59	0,63
501 СБ 2013г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	14,78	94,04	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подмену:		25,72	24,38	75,98	630,71	0,30	0,41	13,72	82,9	249,69	446,27	77,45	3,90
	Обед №1													
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).	80	1,09	4,95	6,82	76,43	0,04	0,03	8,37		25,65	37,25	16,38	1,32
129 СБ 2018Г	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	250	15,15	11,84	13,92	223,10	0,08	0,13	4,51	12,4	33,69	157,50	25,02	2,31
347 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	15,30	15,21	13,73	253,97	0,08	0,13	0,85	16,0	30,84	145,29	18,80	1,62
153 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ(СБ2018).	150/5	2,94	5,28	23,96	155,45	0,18	0,10	29,40		20,96	86,63	34,18	1,37
486 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,08	0,08	11,95	48,81	0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,47
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		40,88	38,08	107,86	943,60	0,43	0,41	45,21	28,4	123,32	463,11	104,00	7,93
	Обед №2/ОВД													
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).	80	1,09	4,95	6,82	76,43	0,04	0,03	8,37		25,65	37,25	16,38	1,32
154 СБ 2013г.	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ/СМЕТАНОЙ	250/10	13,16	11,88	14,49	210,28	0,12	0,14	21,55	10,0	48,63	168,80	35,54	2,52
347 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ".	90	15,30	15,21	13,73	253,97	0,08	0,13	0,85	16,0	30,84	145,29	18,80	1,62
380 СБ 2018	КАПУСТА ТУШЕНАЯ/ОВД(СБ2018).	150	3,68	5,83	11,43	113,05	0,07	0,09	78,50	40,1	91,88	68,39	34,95	1,33
486 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,08	0,08	11,95	48,81	0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,47
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ,,	60	4,74	0,36	26,76	132,72	0,07	0,02			13,80	63,60	15,00	1,86
	Итого по подмену:		38,05	38,31	85,18	835,26	0,39	0,41	111,35	66,1	214,38	485,57	122,49	9,12
	Полдник													
543 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" (СБ2018).	100	8,85	9,45	58,45	354,22	0,14	0,08		68,7	22,82	84,47	13,41	1,17
470 СБ 2018Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ(СБ2018)	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,03	0,15	0,50	10,0	112,00	86,00	13,00	0,10
	Итого по подмену:		16,85	12,45	87,05	527,62	0,17	0,23	0,50	78,7	134,82	170,47	26,41	1,27

Итого за день: 0,00 руб.	165,50	166,94	515,02	4237,97	2,76	3,51	194,29	814,1	2177,35	3827,36	670,85	33,91

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	25,79	37,19	27,25	30,27
Обед (30 - 35 %)	53,09	48,20	32,20	40,15
Полдник (10 %)	21,88	15,76	25,99	22,45
Итого за день (60 - 70 %)	100,77	101,15	85,43	92,88

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,7

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" ПЕРМЬ

День 5

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
90 СБ 2013г.	БУТЕРВРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б	20/20/5	6,81	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
223 СБ 2018Г	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018Г)	200	8,49	8,16	37,50	258,02	0,25	0,17	1,25	48,7	138,34	204,33	54,99	1,51
616 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
470 СБ 2018Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (СБ2018)	100	4,00	1,50	14,30	86,70	0,03	0,15	0,50	10,0	112,00	86,00	13,00	0,10
	Итого по подмену:		20,88	19,48	81,08	580,73	0,36	0,44	16,95	134,2	282,62	440,23	86,03	2,75
	Завтрак №2													
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР)	20/20/5	6,81	9,63	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
223 СБ 2018Г	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018Г).	250	10,61	10,20	46,88	322,53	0,31	0,21	1,56	60,8	172,92	255,41	68,74	1,89
616 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ М80	шт	0,64	0,16	6,00	30,40	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		19,64	20,19	82,16	588,94	0,44	0,35	47,16	136,3	233,20	418,91	95,58	3,11
	Завтрак №3/ОВД													
75 СБ 2018Г	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ/ПОРЦИЯ (СБ2018)	20	5,12	5,22		67,46		0,04	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09
223 СБ 2018Г	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ/ОВД(СБ2018Г)	200	8,49	8,16	37,50	258,02	0,25	0,17	1,25	48,7	138,34	204,33	54,99	1,51
616 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ М80	шт	0,64	0,16	6,00	30,40	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подмену:		17,41	13,78	70,58	481,32	0,35	0,27	46,78	71,7	185,82	303,08	76,43	2,79
	Обед №1													
73 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ,	60	1,03	3,91	7,08	67,85	0,09	0,04	4,59		12,69	65,77	26,43	1,80
123 СБ 2018Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(СБ2018)	200	7,37	7,44	13,08	149,12	0,10	0,13	13,48	17,7	30,92	148,13	40,11	1,07
372 СБ 2018Г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12	1,55
256 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,03		39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,44		22,54	15,42	6,01	1,23
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		34,13	32,49	116,32	899,29	0,44	0,41	20,63	97,7	167,96	498,86	114,20	7,40
	Обед №2/ОВД													
73 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ.	80	1,37	5,21	9,44	90,46	0,12	0,06	6,12		16,92	87,70	35,24	2,40
124 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(СБ2018)	250	11,72	7,44	20,21	195,16	0,18	0,16	24,90		29,71	165,74	42,36	2,51
372 СБ 2018Г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12	1,55
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	4,14	3,59	25,76	151,86	0,11	0,04		22,4	16,93	98,90	22,59	1,67
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ/ОВД (СБ2018)	200	0,44	0,02	11,80	49,16		0,01	0,44		22,24	15,42	6,01	1,20
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		35,84	30,91	95,46	807,83	0,55	0,46	33,58	62,9	163,55	576,71	136,32	9,95
	Полдник													
540 СБ 2018Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ(СБ2018)	100	5,53	7,70	36,60	237,22	0,13	0,09	11,22	51,2	29,08	82,16	20,47	1,06
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДН	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого по подмену:		5,53	7,70	59,60	329,22	0,15	0,13	15,22	51,2	43,08	96,16	28,47	3,86

Итого за день: 0,00 руб.	133,43	124,55	505,20	3687,33	2,29	2,06	180,32	554,1	1076,23	2333,95	537,03	29,86

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	27,12	24,66	24,20	24,71
Обед (30 - 35 %)	44,32	41,13	34,72	38,27
Полдник (10 %)	7,18	9,75	17,79	14,01
Итого за день (60 - 70 %)	78,62	75,53	76,72	76,99

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:4,2

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ / / ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

ООО КП "Вкус и качество"

День 6

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
96 СБ 2013г.	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (2-Й ВАРИАНТ)	20/15/5	1,35	4,34	20,90	124,96	0,02	0,01	0,10	29,5	6,25	12,50	3,35	0,45
247 СБ 2013г.	КАША ИЗ ХЛОП.ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС"ВЯЗКАЯ(СБ2018).	250	10,85	12,04	47,19	341,39	1,52	1,34	8,94	321,8	979,97	1536,11	454,58	10,88
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ М100	ШТ	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	0,03	38,00		35,00	17,00	11,00	0,10
	Итого по подмену:		16,03	18,03	97,56	618,72	1,64	1,47	47,79	361,3	1095,32	1631,86	483,13	12,55
	Завтрак №2													
54 СБ 2018Г	ИКРА МОРКОВНАЯ(СБ2018)	60	1,04	3,66	5,88	61,30	0,04	0,04	6,32		17,30	35,15	21,61	3,33
371 СБ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).	90	13,33	13,44	4,46	192,36	0,09	0,12	1,49	44,2	18,93	136,43	21,48	1,03
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		22,41	24,39	71,36	598,91	0,32	0,30	34,30	88,9	93,40	290,51	83,59	6,66
	Завтрак №3/ОВД													
54 СБ 2018Г	ИКРА МОРКОВНАЯ(СБ2018)	60	1,04	3,66	5,88	61,30	0,04	0,04	6,32		17,30	35,15	21,61	3,33
371 СБ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).	90	13,33	13,44	4,46	192,36	0,09	0,12	1,49	44,2	18,93	136,43	21,48	1,03
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
457 СБ 2018Г	ЧАЙ/ОВД (СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10		9,80	8,25	4,40	0,82
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подменю:		19,25	23,91	41,74	461,65	0,32	0,30	34,30	88,9	93,70	298,71	85,79	7,03
	Обед №1													
26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	60	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	0,02	5,70		21,09	24,57	12,54	0,80
135 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ,ГРЕНКАМИ(СБ2018).	200/20	12,78	8,37	25,65	231,28	0,12	0,16	15,39	29,6	74,33	162,12	36,20	2,08
333 СБ 2018Г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018)	90	13,12	15,07	5,70	210,72	0,07	0,12	17,73	33,0	28,65	154,87	27,49	2,14
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)г	150	3,32	3,56	25,40	146,96	0,09	0,03		22,4	28,44	114,21	16,59	0,63
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		35,50	30,85	109,37	862,29	0,34	0,41	238,82	85,0	173,41	493,37	104,02	7,12
	Обед №2/ОВД													
26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018).	80	1,14	4,07	6,69	67,88	0,02	0,03	7,60		28,12	32,76	16,72	1,06
135 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ/ОВД (СБ2018)	250/20	15,36	10,26	27,38	265,85	0,15	0,20	19,24	37,0	92,28	210,46	47,62	3,14
367 СБ 2018Г	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ/ИНДЕЙКА(СБ2018)	90	13,93	19,93	2,44	242,27	0,05	0,17	1,87	47,9	18,26	147,95	17,84	1,26
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	5,45	5,36	28,88	186,08	0,79	0,94	6,37	245,5	776,95	1202,23	179,15	4,65
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА/ОВД(СБ2018)	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		39,72	40,14	92,89	894,44	1,04	1,41	235,08	330,4	932,21	1618,00	269,73	11,33
	Полдник													
543 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ" (СБ2018)	100	7,00	15,87	58,88	406,33	0,12	0,05		102,2	16,97	63,29	10,98	0,90
516 СБ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого по подменю:		12,80	20,87	66,88	506,53	0,20	0,39	1,40	142,2	256,97	243,29	38,98	1,10

Итого за день: 0,00 руб.	145,71	158,19	479,80	3942,54	3,86	4,28	591,69	1096,9	2645,01	4575,74	1065,24	45,79

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,82	22,82	29,12	26,33
Обед (30 - 35 %)	46,10	39,05	32,65	36,69
Полдник (10 %)	16,62	26,42	19,96	21,55
Итого за день (60 - 70 %)	83,55	88,29	81,73	84,58

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,1:4,3

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"
_____ //

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 7

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
267 СБ 2018Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	ШТ	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	42,22	99,00	6,88	1,37
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018).	220	8,00	7,87	42,36	272,92	1,16	1,37	9,34	360,0	1139,53	1763,26	262,75	6,82
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		20,99	16,88	76,77	546,25	1,26	1,76	10,64	505,0	1309,12	1980,98	296,63	9,19
	Завтрак №2													
69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ (СБ2018)	20/15	1,74	12,66	10,60	159,16	0,02	0,02		88,5	5,60	15,85	2,60	0,27
267 СБ 2018Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	ШТ	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,0	42,22	99,00	6,88	1,37
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	200	7,27	7,15	38,51	248,11	1,05	1,25	8,49	327,3	1035,93	1602,97	238,87	6,20
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		20,42	28,62	74,00	633,40	1,17	1,66	9,79	560,8	1211,12	1836,54	275,35	8,84
	Завтрак №3/ОВД													
69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	20/15	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
220 сб 2018Г	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ/ОВД(СБ2018)	200	7,27	7,23	33,52	228,90	0,16	0,19	1,27	49,6	155,25	240,46	35,83	0,92
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ/ОВД (СБ2018)	200	3,48	2,86	5,04	60,48	0,04	0,16	1,30	20,0	123,07	105,72	24,20	0,75
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47
	Итого по подмену:		15,97	23,31	75,84	581,62	0,26	0,39	9,24	158,1	299,39	390,56	73,83	4,01
	Обед №1													

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
10 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ2018)	60	0,67	3,73	3,52	51,26	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
96 СБ 2017Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(СБ2017)	200/8	9,88	9,34	13,98	173,74	0,11	0,12	13,82	8,0	26,69	137,18	30,41	1,89
376 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ/ФИЛЕ (СБ2018),	240	28,95	35,81	27,79	550,08	0,32	0,33	33,95	55,6	51,76	331,31	73,01	3,48
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		46,28	49,70	110,90	1076,15	0,52	0,51	67,77	63,6	135,50	549,57	131,90	8,14
	Обед №2/ОВД													
10 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (СБ2018)	60	0,67	3,73	3,52	51,26	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
96 СБ 2017Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(СБ2017)	200/8	9,88	9,34	13,98	173,74	0,11	0,12	13,82	8,0	26,69	137,18	30,41	1,89
376 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ/ФИЛЕ (СБ2018),	240	28,95	35,81	27,79	550,08	0,32	0,33	33,95	55,6	51,76	331,31	73,01	3,48
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМ/ОВД	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ,,	60	4,74	0,36	26,76	132,72	0,07	0,02			13,80	63,60	15,00	1,86
	Итого по подмену:		44,70	49,34	100,18	1023,03	0,55	0,51	67,77	63,6	140,70	578,97	139,10	9,16
	Полдник													
566 СБ 2013Г	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ(СБ2018)	100	6,87	9,05	61,67	355,55	0,11	0,07	0,11	61,2	26,94	69,92	11,32	0,92
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ГРУШЕВЫЙ	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого по подмену:		6,87	9,05	84,67	447,55	0,13	0,11	4,11	61,2	40,94	83,92	19,32	3,72

Итого за день: 0,00 руб.	155,23	176,90	522,36	4308,00	3,89	4,94	169,32	1412,7	3136,77	5420,54	936,13	43,06

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	28,91	22,82	22,94	23,91
Обед (30 - 35 %)	60,10	62,91	33,10	45,79
Полдник (10 %)	8,92	11,46	25,27	19,04
Итого за день (60 - 70 %)	97,94	97,19	81,32	88,75

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:3,6

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 8

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б	20/20/5	6,81	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
314 СБ 2013	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ.	200	20,31	13,08	26,56	288,33	0,15	0,35	7,04	87,5	198,29	279,70	72,69	1,43
481 СБ 2013г.	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ(ПОРЦ)	30	2,25	0,06	17,04	77,70	0,02	0,01	0,30		95,10	68,70	10,20	0,06
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		31,01	22,97	73,90	606,44	0,22	0,45	10,46	163,0	332,77	503,18	103,55	3,03
	Завтрак №2													
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б	20/20/5	6,81	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,5	22,40	131,95	12,60	0,43
307 СБ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СБ2018)	90	12,93	5,42	13,28	154,65	0,10	0,13	0,60	32,6	61,48	190,26	39,46	0,87
256 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,03		39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		28,50	21,64	89,11	664,17	0,24	0,25	3,72	147,6	120,92	392,63	68,85	3,32
	Завтрак №3/ОВД													
75 СБ 2018Г	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ/ПОРЦИЯ (СБ2018)	20	5,12	5,22		67,46		0,04	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ/ОВД(СБ2018)	200	8,31	7,13	38,95	253,83	0,19	0,20	1,25	48,7	137,64	218,23	43,55	2,32
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/ОВД(СБ2018)	200/7	0,06	0,01	0,28	1,46			2,98		12,68	9,83	5,26	0,86
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ А100	ШТ	0,90	0,20	8,10	43,00	0,04	0,03	60,00		34,00	23,00	13,00	0,30
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подменю:		15,97	12,68	56,25	409,99	0,25	0,28	64,30	71,7	197,92	331,26	71,81	4,19
	Обед №1													
53 СБ 2018Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ(СБ2018)	60	1,33	3,66	7,55	68,52	0,03	0,04	10,30		23,20	33,11	16,74	0,97
117 СБ 2018Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250/10	12,07	11,55	11,79	192,16	0,14	0,15	22,91	10,0	44,11	155,86	35,21	2,21
346 СБ 2018Г	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ (СБ2018)	100	24,28	16,83	8,97	284,64	0,38	2,68	38,61	1060,4	56,58	429,40	27,32	8,60
211 СБ2021	КАША(ПЕРЛОВАЯ)РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ(СБ2021)	150	4,37	7,61	30,69	209,01	0,07	0,05	1,67	21,0	25,75	154,90	26,40	0,99
504 СБ 2018Г	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200			30,20	120,80								
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		46,79	40,17	117,16	1013,77	0,66	2,94	73,49	1091,5	158,24	807,47	113,47	13,61
	Обед №2/ОВД													
50 СБ 2018Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕН.ПРОИЗВ	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,30	0,30	0,96		32,00	30,00	13,00	0,80
117 СБ 2018Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250/10	12,07	11,55	11,79	192,16	0,14	0,15	22,91	10,0	44,11	155,86	35,21	2,21
346 СБ 2018Г	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ (СБ2018).	90	21,85	15,15	8,07	256,18	0,34	2,41	34,75	954,4	50,93	386,46	24,59	7,74
211 СБ2021	КАША(ПЕРЛОВАЯ)РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ(СБ2021)	150	4,37	7,61	30,69	209,01	0,07	0,05	1,67	21,0	25,75	154,90	26,40	0,99
504 СБ 2018Г	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200			30,20	120,80								
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		42,59	39,89	103,21	938,03	0,87	2,92	60,29	985,5	157,39	748,42	104,20	12,36
	Полдник													
542 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"(СБ2018).	100	7,07	14,25	59,77	395,47	0,11	0,06		95,5	17,84	65,47	10,84	0,94
470 СБ 2018Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ(СБ2018)	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,03	0,15	0,50	10,0	112,00	86,00	13,00	0,10
	Итого по подменю:		15,07	17,25	88,37	568,87	0,14	0,21	0,50	105,5	129,84	151,47	23,84	1,04

Итого за день: 0,00 руб.	179,93	154,60	528,00	4201,27	2,38	7,05	212,76	2565,0	1097,08	2934,43	485,72	37,55

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	40,27	29,08	22,06	25,81
Обед (30 - 35 %)	60,77	50,85	34,97	43,14
Полдник (10 %)	19,57	21,84	26,38	24,21
Итого за день (60 - 70 %)	120,61	101,76	83,41	93,15

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,0

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество" _____ //

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 9

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
573 СБ 2013 Г	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЕВОГО ТЕСТА	80	6,35	6,11	51,11	284,81	0,10	0,06	0,08	46,8	18,08	61,77	10,63	1,03
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)	200	8,31	7,13	38,95	253,83	0,19	0,20	1,25	48,7	137,64	218,23	43,55	2,32
467 СБ 2018г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ	200	2,90	2,50	14,78	93,90	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		19,14	15,94	114,36	679,74	0,35	0,42	2,63	115,5	280,02	383,00	70,98	3,70
	Завтрак №2													
26 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	60	0,86	3,05	5,02	50,91	0,01	0,02	5,70		21,09	24,57	12,54	0,80
336 СБ 2018Г	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ(СБ2018).	90	11,54	11,25	14,57	206,05	0,10	0,09	0,12	5,3	8,82	155,30	30,42	1,83
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	4,14	3,59	25,76	151,86	0,11	0,04		22,4	16,93	98,90	22,59	1,67
467 СБ 2018г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ	200	2,90	2,50	14,78	93,90	0,04	0,15	1,30	20,0	120,30	90,00	14,00	0,13
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		24,18	20,91	88,09	641,36	0,30	0,32	7,12	47,7	175,74	402,97	87,35	5,27
	Завтрак №3/ОВД													
54 СБ 2018Г	ИКРА МОРКОВНАЯ(СБ2018)	60	1,04	3,66	5,88	61,30	0,04	0,04	6,32		17,30	35,15	21,61	3,33
367 СБ 2013Г	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ(1ВАРИАНТ).	50/50	15,30	17,31	3,61	231,16	0,06	0,13	2,35		22,02	161,21	21,40	2,40
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	150	4,14	3,59	25,76	151,86	0,11	0,04		22,4	16,93	98,90	22,59	1,67
467 СБ 2018г.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ/ОВД	200	2,90	2,50	4,80	54,00	0,04	0,15	1,30	20,0	120,00	90,00	14,00	0,10
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подмену:		26,54	27,30	57,89	586,80	0,27	0,37	9,97	42,4	180,85	406,46	84,60	8,12
	Обед №1													
54 СБ 2018Г	ИКРА МОРКОВНАЯ(СБ2018)	60	1,04	3,66	5,88	61,30	0,04	0,04	6,32		17,30	35,15	21,61	3,33
98 СБ 2018Г	СВЕКОЛЬНИК (СБ2018)	200/8	10,33	12,79	14,07	206,92	0,09	0,13	14,26	31,6	43,71	138,27	34,39	2,39
348 СБ 2013г.	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ (МИНТАЙ)	90	14,40	5,16	6,56	131,02	0,11	0,15	0,62	52,7	73,04	222,83	47,13	1,06
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,44		22,54	15,42	6,01	1,23
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		35,83	29,04	108,18	837,62	0,45	0,48	48,03	128,9	208,26	543,55	150,24	10,08
	Обед №2/ОВД													
106 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
98 СБ 2018Г	СВЕКОЛЬНИК/ОВД (СБ2018)	200/8	10,33	12,79	12,07	198,94	0,09	0,13	14,26	31,6	43,65	138,27	34,39	2,39
348 СБ 2013г.	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ (МИНТАЙ)	90	14,40	5,16	6,56	131,02	0,11	0,15	0,62	52,7	73,04	222,83	47,13	1,06
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ/ОВД (СБ2018)	200	0,44	0,02	11,80	49,16		0,01	0,44		22,24	15,42	6,01	1,20
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		32,05	24,96	71,82	637,86	0,41	0,44	45,91	128,9	196,80	513,40	134,23	6,80
	Полдник													
545 СБ 2018Г	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(СБ2018)	100	8,02	6,60	58,30	324,64	0,13	0,05		41,6	20,70	74,05	12,41	1,05
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНЫЙ	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого по подмену:		8,02	6,60	81,30	416,64	0,15	0,09	4,00	41,6	34,70	88,05	20,41	3,85

Итого за день: 0,00 руб. 145,76 124,75 521,64 3800,02 1,93 2,12 117,66 505,3 1076,37 2337,43 547,81 37,82

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	24,86	20,18	34,14	28,93
Обед (30 - 35 %)	46,53	36,76	32,29	35,64
Полдник (10 %)	10,42	8,35	24,27	17,73
Итого за день (60 - 70 %)	81,81	65,29	90,70	82,30

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,8

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 10

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
64 СБ 2018Г	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ/2-Й ВАР(СБ2018)	15/15/5	5,11	8,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,0	16,95	99,20	9,45	0,33
269 СБ 2013г.	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ).	200	8,41	12,20	39,46	296,11	0,22	0,22	3,59	79,2	169,82	210,55	52,74	1,72
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
589 СБ 2013	ПРЯНИК,	шт	1,76	13,77	28,13	243,45	0,02	0,01		2,7	3,60	18,90	2,70	0,27
	Итого по подмену:		20,34	37,28	100,03	810,37	0,32	0,46	5,00	165,9	317,74	447,37	91,89	3,32
	Завтрак №2													
9 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(СБ2018)	60	0,96	3,66	4,95	58,00	0,01	0,01	15,22		25,34	18,66	8,64	0,35
412 СБ 2013г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.,	90	14,51	13,66	9,08	218,51	0,09	0,14	1,64	46,7	55,09	142,10	19,14	1,20
171 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ (СБ2018)	150	3,69	5,33	21,36	148,50	0,16	0,12	34,94		23,87	82,47	40,10	1,77
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		23,90	23,25	74,00	606,78	0,28	0,28	51,90	46,7	118,40	264,48	75,08	4,39
	Завтрак №3/ОВД													
106 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
372 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12	1,55
171 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ И ТОМАТОМ (СБ2018)	150	3,69	5,33	21,36	148,50	0,16	0,12	34,94		23,87	82,47	40,10	1,77
457 СБ 2018Г	ЧАЙ/ОВД (СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10		9,80	8,25	4,40	0,82
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подменю:		20,94	19,98	43,04	438,56	0,34	0,33	52,16	40,5	119,82	315,27	86,62	5,30
	Обед №1													
32 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,65	70,06	0,01	0,04	5,31	10,5	24,41	50,07	13,96	0,79
135 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250	12,87	10,07	13,33	196,18	0,11	0,19	19,24	37,0	85,04	177,07	39,75	2,17
341 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	90	14,78	13,37	10,52	221,87	0,06	0,16	0,86	24,6	30,43	157,94	18,95	2,11
256 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,03		39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
486 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,08	0,08	11,95	48,81	0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,47
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		39,98	35,08	104,42	897,47	0,32	0,44	27,49	111,7	172,12	469,11	91,01	7,29
	Обед №2/ОВД													
32 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,65	70,06	0,01	0,04	5,31	10,5	24,41	50,07	13,96	0,79
135 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250	12,87	10,07	13,33	196,18	0,11	0,19	19,24	37,0	85,04	177,07	39,75	2,17
341 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	90	14,78	13,37	10,52	221,87	0,06	0,16	0,86	24,6	30,43	157,94	18,95	2,11
386 СБ 2018Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)	150	9,56	9,68	32,08	253,86	1,28	0,61	4,58	265,5	57,09	1492,57	440,25	12,63
486 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,08	0,08	11,95	48,81	0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,47
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подменю:		42,42	38,29	90,37	879,26	1,49	1,01	32,07	337,7	205,15	1901,09	519,73	18,79
	Полдник													
543 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ВАНИЛЬНАЯ" (СБ2018).	100	8,85	9,45	58,45	354,22	0,14	0,08		68,7	22,82	84,47	13,41	1,17
516 СБ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого по подменю:		14,65	14,45	66,45	454,42	0,22	0,42	1,40	108,7	262,82	264,47	41,41	1,37

Итого за день: 0,00 руб.	162,23	168,33	478,31	4086,86	2,97	2,94	170,02	811,3	1196,05	3661,79	905,74	40,46

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	26,42	47,19	29,86	34,48
Обед (30 - 35 %)	51,92	44,41	31,17	38,19
Полдник (10 %)	19,03	18,29	19,84	19,34
Итого за день (60 - 70 %)	97,36	109,89	80,86	92,01

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:3,6

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество"

МАОУ "СОШ №127" ПЕРМЬ

День 11

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
157 СБ 2018г.	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ/ЗЕЛ.ГОР(СБ2018).	60	3,00	0,12	4,98	33,00	0,20	0,11	15,00		15,60	67,20	22,80	0,42
261 СБ 2018г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018),	220	10,15	18,17	55,68	426,82	0,14	0,07	0,04	94,6	39,37	110,85	16,70	1,48
460 СБ 2018г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		16,18	19,74	82,63	574,19	0,38	0,27	15,79	104,6	129,07	244,30	53,70	3,02
	Завтрак №2													
267/157 СБ2018г	ЯЙЦО С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ.	60	5,34	3,52	2,78	64,11	0,12	0,19	8,70	75,0	26,98	92,32	15,84	0,98
261 СБ 2018г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018),	220	10,15	18,17	55,68	426,82	0,14	0,07	0,04	94,6	39,37	110,85	16,70	1,48
460 СБ 2018г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,0	70,10	53,25	11,40	0,90
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		18,52	23,14	80,43	605,30	0,30	0,35	9,49	179,6	140,45	269,42	46,74	3,58
	Завтрак №3/ОВД													
75 СБ 2018г	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ/ПОРЦИЯ (СБ2018)	20	5,12	5,22		67,46		0,04	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09
275 СБ 2018г	ОМЛЕТ С СЫРОМ(СБ2018).	150	20,57	25,16	3,22	321,88	0,09	0,58	0,92	323,2	144,43	401,56	33,88	2,52
460 СБ 2018г	ЧАЙ С МОЛОКОМ/ОВД(СБ2018)	200	1,45	1,25	2,47	27,27	0,02	0,08	0,75	10,0	69,80	53,25	11,40	0,87
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ М100	ШТ	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	0,03	38,00		35,00	17,00	11,00	0,10
	Итого по подмену:		29,52	31,95	22,11	498,85	0,19	0,74	39,74	356,2	262,83	552,01	66,28	4,20
	Обед №1													
66 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ	60	1,06	3,18	7,24	62,08	0,05	0,04	10,65		16,24	32,42	14,24	0,96

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
96 СБ 2018Г	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (СБ2018)	200/8	9,92	9,43	9,75	157,68	0,07	0,11	10,37	8,0	40,80	124,52	28,74	2,10
321 СБ 2021Г	МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА(СБ2021)	90	11,72	33,53	4,51	366,91	0,42	0,13	2,70		33,81	145,67	198,63	1,73
207 СБ 2018Г	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ2018)	150	4,63	5,49	33,16	200,64	0,40	0,24		236,0	222,20	1092,25	137,50	6,75
494 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/КУРАГИ (СБ2018)	200	1,05	0,06	20,21	86,67	0,02	0,04	1,20		32,70	29,42	21,12	0,68
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		33,12	52,13	102,23	1009,66	1,00	0,58	24,92	244,0	354,35	1458,48	408,03	13,06
	Обед №2/ОВД													
18 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ(СБ2018)	60	0,57	3,69	1,78	42,66	0,03	0,02	11,15		21,70	17,58	10,71	0,50
96 СБ 2018Г	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (СБ2018)	200/8	9,92	9,43	9,75	157,68	0,07	0,11	10,37	8,0	40,80	124,52	28,74	2,10
321 СБ 2021Г	МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА(СБ2021)	90	11,72	33,53	4,51	366,91	0,42	0,13	2,70		33,81	145,67	198,63	1,73
207 СБ 2018Г	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ2018)	150	4,63	5,49	33,16	200,64	0,40	0,24		236,0	222,20	1092,25	137,50	6,75
494 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/КУРАГИ ОВД(СБ2018)	200	1,93	0,11	28,88	126,28	0,04	0,07	1,88		59,90	54,24	38,97	1,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		31,93	52,49	95,92	982,65	0,98	0,58	26,10	244,0	383,01	1455,46	419,55	12,92
	Полдник													
540 СБ 2018Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ(СБ2018)	100	5,53	7,70	36,60	237,22	0,13	0,09	11,22	51,2	29,08	82,16	20,47	1,06
501 СБ 2018Г	СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДН	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого по подмену:		5,53	7,70	59,60	329,22	0,15	0,13	15,22	51,2	43,08	96,16	28,47	3,86

Итого за день: 0,00 руб.	134,80	187,15	442,92	3999,87	3,00	2,65	131,26	1179,6	1312,79	4075,83	1022,77	40,64

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	21,01	24,99	24,67	24,43
Обед (30 - 35 %)	41,73	59,59	29,78	40,44
Полдник (10 %)	7,18	9,75	17,79	14,01
Итого за день (60 - 70 %)	69,92	94,33	72,23	78,88

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,4:4,5

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***

"Согласовано"

ООО КП "Вкус и качество" _____ //

МАОУ "СОШ №127" г.ПЕРМЬ

День 12

Примерное меню 7-11 лет весенне-летний период 2022г.

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	20/15	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
320 СБ 2013г.	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ.(СБ2018)	170/30	37,73	11,79	55,65	437,05	0,12	0,44	1,09	66,3	365,58	444,02	51,04	1,19
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08
588 СБ 2013	ВАФЛИ,	2 шт												
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		42,42	25,83	87,19	710,68	0,18	0,55	1,74	164,8	435,68	517,87	63,64	1,74
	Завтрак №2													
69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	20/15	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
320 СБ 2013г.	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (СБ2018)	150/30	33,55	10,38	51,10	394,48	0,11	0,39	1,00	58,5	333,73	399,81	46,23	1,06
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подмену:		38,64	24,82	92,44	712,51	0,20	0,52	11,65	157,0	419,83	484,66	67,83	3,81
	Завтрак №3/ОВД													
69 СБ 2018Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1 ВАРИАНТ(СБ2018)	20/15	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25
226 СБ 2018Г	КАША "ДРУЖБА"/ОВД(СБ2018)	200	5,34	7,42	26,33	194,16	0,14	0,17	1,44	49,9	127,76	166,68	40,48	0,74
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/ОВД(СБ2018)	200	1,45	1,26	2,40	27,17	0,02	0,08	0,65	10,0	60,00	45,00	7,00	0,05
82 СБ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ А200(СБ2018)	ШТ	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	0,06	120,00		68,00	46,00	26,00	0,60
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Итого по подмену:		11,83	21,78	63,49	510,93	0,28	0,34	122,09	148,4	266,16	294,73	81,28	2,26
	Обед №1													
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).	80	1,09	4,95	6,82	76,43	0,04	0,03	8,37		25,65	37,25	16,38	1,32
108 СБ 2018Г	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ(С КРУПОЙ)(СБ2018)	200	5,55	4,54	18,37	137,84	0,13	0,14	44,75		44,42	91,24	48,37	2,20
343 СБ 2013г	РЫБА,ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ(МИНТАЙ)	100	11,34	6,04	4,53	118,13	0,09	0,10	6,50	6,2	40,55	177,83	46,89	0,95
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		24,90	22,64	98,70	702,55	0,50	0,44	86,01	50,8	178,74	464,00	161,14	7,19
	Обед №2/ОВД													
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).	80	1,09	4,95	6,82	76,43	0,04	0,03	8,37		25,65	37,25	16,38	1,32
108 СБ 2018Г	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ(С КРУПОЙ)(СБ2018)	200	5,55	4,54	18,37	137,84	0,13	0,14	44,75		44,42	91,24	48,37	2,20
343 СБ 2013г	РЫБА,ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ(МИНТАЙ)	100	11,34	6,04	4,53	118,13	0,09	0,10	6,50	6,2	40,55	177,83	46,89	0,95
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,30	6,69	22,41	163,48	0,17	0,13	26,39	44,6	43,07	97,68	33,30	1,23
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
	Итого по подмену:		24,90	22,56	98,10	699,59	0,48	0,43	86,01	50,8	174,74	451,00	158,34	6,97
	Полдник													
543 СБ 2018Г	БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ" (СБ2018)	100	7,00	15,87	58,88	406,33	0,12	0,05		102,2	16,97	63,29	10,98	0,90
470 СБ 2018Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ(СБ2018)	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,03	0,15	0,50	10,0	112,00	86,00	13,00	0,10
	Итого по подмену:		15,00	18,87	87,48	579,73	0,15	0,20	0,50	112,2	128,97	149,29	23,98	1,00

Итого за день: 0,00 руб. 157,69 136,50 527,40 3915,99 1,79 2,48 308,00 684,1 1604,12 2361,55 556,21 22,97

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	55,09	32,70	26,03	30,24
Обед (30 - 35 %)	32,34	28,66	29,46	29,90
Полдник (10 %)	19,48	23,89	26,11	24,67
Итого за день (60 - 70 %)	106,91	85,24	81,60	84,81

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,3

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***Шарафиева А.А. /***