

Утверждаю

ИП Козлов В.И.


 Козлов В.И.



« 20 » 2024 год

Согласовано

Директор МБОУ СОШ №3

 Радькова М.В.



« 20 » 2024 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(15-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОГО РАЙОНА

Сезон: летний

Возраст: 7- 11 лет

В том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей -инвалидов

сезон - летний
 возрастная категория: 7-11 лет
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 1		Завтрак						
	КАША "ДРУЖБА"	200	5,1	6,4	26,9	185,9	229-п	2021
	БЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	18	4,2	5,3	0	64,4	75	2021
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,6	0,7	18	92,7	574	2021
Итого за завтрак:		518	19,6	18,9	83,2	581,1		
		Обед						
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными	200	1,9	6,4	14,9	124,4	123-п	2021
	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	110	14,4	13,6	17,7	250,6	271	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	180	3,4	5	16,8	121,5	177-п	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,6	49	82	2021
Итого за обед:		920	26,9	26,3	111,9	791,5		
Всего за день:			46,46	45,2	195,1	1372,6		

сезон - летний
 возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Примечания	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Период 1 день, 2	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	60	1,7	2,2	3	38,3	157	2021	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	8,4	12,9	12,5	199,9	268-ттк	2021	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021	
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	580-ттк	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021	
		630	19,8	19,9	86,3	602,4			
Обед									
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	70	1,1	4,3	6,4	68,6	1	2021	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,3	3,6	14,6	115,8	113	2021	
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	110	9,5	9	12	166,5	239-ттк	2011	
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	180	3,8	9,2	28,7	207,8	145	2011	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86	501	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021	
		880	27,1	27,1	113,6	800,1			
Итого за обед:			46,9	47	199,9	1402,5			
Итого за день:									

сезон- летний
возрастная категория: 7-11 лет
сумма

Примечания	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборники к рецепту
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
неделя 1 день 3		Завтрак							
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	5	4,5	0,3	61,3	209	2011	
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,2	6,6	31,2	209	230-п	2021	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	79	2021	
	СЫР ПОЛТВЕРДЫЙ (порциями)	8	1,9	2,4	0	28,6	75	2021	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021	
Итого за завтрак:		541	20,1	20,3	79,7	580,9			
		Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,4	3,6	1,1	38,4	14	2021	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ пшениной	250	2	2,7	12,1	85,8	101	2011	
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	230	15,3	20,1	34,3	379,5	263	2011	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (перек)	200	1	0,2	20,2	86	501	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	4,4	0,8	22,1	113,3	574	2021	
Итого за обед:		845	26,9	27,8	114,4	820			
Итого за день:			47	48,1	194,1	1400,9			

ребенок - девочки
 возрастной категория: 7-11 лет
 четверг

Итого за день	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Итого за день: 4	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	80	0,9	4,9	2,8	60,7	23	2011
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ	180	12,5	13,9	29,8	294,5	375-ттк	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	75	0,3	0,2	15	63	445-п	2021
		595	18,5	19,7	84,6	591		
Обед								
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами	60	0,7	3,7	9,7	75,1	24-п	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	230	2,3	3,5	10,2	82,1	128	2021
	ГУЛЯШ	100	12	16,2	6,5	219,7	260	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	160	4,2	3,4	24,6	145,9	223	2021
	КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
		840	26,8	27,9	111,7	806,2		
			45,3	47,6	196,3	1397,2		

годиче листини
 вестригитин категори: 7-1 лет
 00000000

Продукт / день, 5	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021	
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные	150	12	12	35,6	300,1	286-ттк	2021	
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,4	1,7	11,1	65,4	471	2021	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,6	1,3	11,5	64	460	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021	
		515	18,5	19,5	85,9	594,6			
Обед									
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огуры	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	4,4	7	75	95	2021	
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	15,6	249,7	297	2011	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)	180	5	7	28,6	197	400-ттк	2021	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021	
		880	27,9	27,9	113,1	813,7			
			46,4	47,4	199	1408,3			

Формы питания
 Института категория: 7-11 лет
 наименование

Примечание	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Итого за завтрак:		Завтрак						
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5	6,3	31	200,6	236-п	2021
	МАСЛЮ СЛИВОЧНОЕ (порциями)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
Итого за завтрак:		508	18,5	20,3	83,5	590,3		
Итого за обед:		Обед						
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	70	1,1	4,3	6,4	68,7	1	2021
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,3	3,3	9,8	78,2	129	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	110	14,1	4,5	6,5	124,3	308-ттк	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	200	4,4	13,1	32,8	266,7	142	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абсолютный)	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	82	2021
Итого за обед:		940	27,9	26,3	113,7	805,7	353	
Итого за день:			46,4	46,6	197,2	1396		

Бланк документа
 назначения категория: 7-11 лет

Итого по блюду	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	60	0,9	3,7	4,6	55,2	30	2021
	ПЮФ из мяса	180	12,5	14,5	29,7	299,1	330-п	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	45	3,4	0,4	22,1	105,3	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
		520	19,9	19,2	79,9	571,7		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0,6	3,7	2,1	43,9	18	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	230	1,7	4,1	6,4	69	95	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	100	13,1	14,6	27,1	292,3	294-тгк	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ	180	4,7	3,9	27,7	164,5	223	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
		855	26,8	27,3	113	804,8		
			46,7	46,5	192,9	1376,5		

сезон - летний
возрастная категория: 7-11 лет

среды

Приним пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Итого за завтрак:								
		Завтрак						
Итого за день 3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	5	1,2	1,5	0	17,9	75	2021
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные	150	12	12	35,6	300,1	286-ттк	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	17	1,2	1,4	9,4	55,6	471	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (блоком)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
		527	18,9	19,5	87	600,1		
Итого за обед:								
		Обед						
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	3,1	3,3	43,8	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	2,5	3,9	11,1	89,3	128	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	230	15,3	20,2	34,3	380,1	263	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,6	0,7	18	92,7	574	2021
Итого за обед:		835	26,5	28,4	111,4	806,9		
Итого за день:			45,4	47,9	198,4	1407		

Особо-летний
 Возрастная категория: 7-11 лет
 Индивидуальная

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Итого за завтрак:	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	60	1,7	2,2	3	38,3	157	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	190	8,9	13,6	13,2	211,1	268-ттк	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	35	2,7	0,3	17,2	81,9	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	580-ттк	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,6	49	82	2021
		630	19,5	20	82,1	590,6		
		Обед						
		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ	80	1,1	4,9	6,1	72,9	26
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	230	5,8	3,3	13,4	106,5	113	2021
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	110	11,1	13,2	14,5	221,3	268	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗАЯ	170	4,6	4,5	28,4	172,2	225	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3,0	0,3	19,7	93,6	573	2021
		25	2,0	0,4	10	51,5	574	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	855	28,2	26,7	112,3	802		
	Итого за обед:		47,66	46,7	194,42	1392,6		
	Итого за день:							

БЕЛОРУССКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
 государственная категория: 7-11 лет
 наименование:

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ	190	7,8	6,1	35,1	227,9	223	2021
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	79	2021
СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,3	3	0	35,8	75	2021
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
	570	18,5	20,3	86,46	602,6		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами	65	0,8	4	10,6	81,5	24-п	2021
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	2,1	2,8	7,5	64	115	2021
МЯСО ТУШЕНОЕ	120	12,7	17	4,1	221,1	256	2011
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	165	4,8	4	32	147,7	227	2021
СОКИ ОВОЩНЫЕ: ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (абрикос)	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,6	49	82	2021
	910	26,8	28,9	111,7	784,1		
		45,3	49,2	198,16	1386,7		

Сезон - летний
 Возрастная категория: 7-11 лет

Питерник

Прим пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Итого за день 2	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021	
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,3	3	0	35,8	75	2021	
	ЗРАЗЫ РУБЦЕННЫЕ	100	8,6	12,1	8,5	199	274	2011	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	150	2,2	4,4	25,5	150	324	2008	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86	501	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
		580	19,1	20,4	83	612,2			
Итого за завтрак:									
			Обед						
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	80	1,2	4,9	7,3	78,4	1	2021	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ пшенной	250	2	2,7	12,1	85,8	101	2011	
	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	120	14,2	14,1	9	219,9	229	2011	
	КАША РИСОВАЯ ВЯЗАЯ	180	2,7	3,8	28,3	156,4	218	2021	
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	82	2021	
		990	25,8	26,7	113	800,3			
Итого за обед:									
			44,9	47,1	196	1412,5			
Итого за день:									

сезон - летний
возрастная категория: 7-11 лет

среды

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
		Завтрак						
Полдья 3 день 3	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные	150	12	12	35,6	300,1	286-ТТК	2021
	МОЛОКО СТУШЕННОЕ	20	1,4	1,7	11,1	65,4	471	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,6	1,3	11,5	64	460	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
		515	18,5	19,5	85,9	594,6		
Итого за завтрак:			Обед					
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) отруцы	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,9	4,4	7	75	95	2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	15,6	249,7	297	2011
	ШОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ	180	5	7	28,6	197	400-ТТК	2021
	КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	880	27,9	27,9	113,1	813,7		
Итого за обед:			46,4	47,4	199	1408,3		
Итого за день:								

сезон - летний
 возрастная категория: 7-11 лет
 питница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Понедельник 5	КАША "ДРУЖБА"	200	5,1	6,4	26,9	185,9	229-п	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	22	5,2	6,5	0	78,8	75	2021
	МАСЛО СПИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53,1	580-тгк	2021	
Итого за завтрак:		512	18,94	20,3	83,9	594,3		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,4	3,6	1,1	38,4	14	2021
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	230	2,7	3,8	11,2	90	129	2021
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ПИНИЦЕЛИ	100	10,1	12	13,2	201,2	268	2011
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	4,6	6,8	9,9	119	377	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	80	3,4	2	24,9	132,9	390	
Итого за обед:		910	27,2	29,1	112,1	820,9		
Всего за день:			46,14	49,4	196	1415,2		

ИТОГО ЗАВТРАК 25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	560	19	20	84	590	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 25 % от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		25	25	25	25	
ИТОГО ОБЕД 35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
Итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	873	27	27	113	806	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		35	35	34	34,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ 100 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
Итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	0	46	47	197	1396	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 100 % от суточной нормы:		77	79	335	2350	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		60	60	59	59	

ИТОГО ЗАВТРАК 25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	547	19	20	83	588	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 25 % от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		25	25	25	25	
ИТОГО ОБЕД 35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	881	27	27	113	806	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		35	34,5	34	34,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ 100 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:		46	47	196	1394	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 100 % от суточной нормы:		77	79	335	2350	
Выход норм в % соотношении за 5 дней		60	59	59	59,3	

Итого завтрак 25% за третью неделю (5 дней)						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого завтрак за 5 дней (третья неделя) в среднем фактически:	545	19	20	85	600	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 25 % от суточной нормы:		22,5	23	95,75	680	
выход норм в % соотношении за 5 дней		25	25	25	25,5	
Итого обед 35% за третью неделю (5 дней)						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого обед за 5 дней (третья неделя) в среднем фактически:	912	27	28	113	807	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5	
выход норм в % соотношении за 5 дней		35	35,5	34	34,3	
Итого за день 100 % за третью неделю (5 дней)						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Итого завтрак за 5 дней (третья неделя) в среднем фактически:		46	48	198	1407	
СанПин 100% суточной нормы:		77	79	335	2350	
норма по СанПин 100 % от суточной нормы:		77	79	335	2350	
выход норм в % соотношении за 5 дней		59	60,8	59,1	59,9	

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК)	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	518	19,56	18,9	83,2	581,1
2 ДЕНЬ	630	19,8	19,9	86,3	602,4
3 ДЕНЬ	541	20,1	20,3	79,7	580,9
4 ДЕНЬ	595	18,5	19,7	84,6	591
5 ДЕНЬ	515	18,5	19,5	85,9	594,6
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)	559,8	19,3	19,7	83,9	590,0
6 ДЕНЬ	508	18,5	20,3	83,5	590,3
7 ДЕНЬ	520	19,9	19,2	79,9	571,7
8 ДЕНЬ	527	18,9	19,5	87	600,1
9 ДЕНЬ	550	19,7	19,4	84,6	589
10 ДЕНЬ	630	19,5	20	82,1	590,6
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)	547,0	19,3	19,7	83,4	588,3
11 ДЕНЬ	570	18,94	20,3	83,9	594,3
12 ДЕНЬ	580	19,1	20,4	83	612,2
13 ДЕНЬ	515	18,5	19,5	85,9	594,6
14 ДЕНЬ	550	20	19,3	86,5	597
15 ДЕНЬ	512	18,94	20,3	83,9	594,3
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ТРЕТЬЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)	545,4	19,1	20,0	84,6	598,5
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 15 ДЕНЬ (ЗАВТРАК)	550,7	19,2	19,8	84,0	592,3

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕД)	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	920	26,9	26,3	111,9	791,5
2 ДЕНЬ	880	27,1	27,1	113,6	800,1
3 ДЕНЬ	845	26,9	27,8	114,4	820
4 ДЕНЬ	840	26,8	27,9	111,7	806,2
5 ДЕНЬ	880	27,9	27,9	113,1	813,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)	873,0	27,1	27,4	112,9	806,3
6 ДЕНЬ	940	27,9	26,3	113,7	805,7
7 ДЕНЬ	855	26,8	27,3	113	804,8
8 ДЕНЬ	835	26,5	28,4	111,4	806,9
9 ДЕНЬ	920	26,4	27,5	114,7	808,3
10 ДЕНЬ	855	28,16	26,7	112,32	802
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)	881,0	27,2	27,2	113,0	805,5
11 ДЕНЬ	910	26,8	28,9	111,7	784,1
12 ДЕНЬ	990	25,8	26,7	113	800,3
13 ДЕНЬ	880	27,9	27,9	113,1	813,7
14 ДЕНЬ	870	26,1	27,7	114,6	814,7
15 ДЕНЬ	910	27,2	29,1	112,1	820,9
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ТРЕТЬЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)	912,0	26,8	28,1	112,9	806,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 15 ДЕНЬ (ОБЕД)	888,7	27,0	27,6	113,0	806,2



Прошито и
скреплено печатью

И.П. Козлов В.И.

Handwritten signature