



Общество с ограниченной ответственностью
«Вкус и Качество»

«Согласовано»:

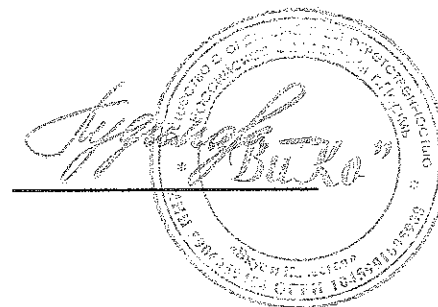
Директор
ООО "СКОИ 135 г. Пермь"
Кулягин
А.С. Кулягин

Примерное двенадцатидневное меню

для организации питания детей от 7-10 лет
на осенне-зимний период
в образовательных учреждениях

«Утверждаю»

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



31 Января 2022 года



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

УПРАВЛЕНИЕ
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА ПО ПЕРМСКОМУ КРАЮ
(Управление Роспотребнадзора по
Пермскому краю)

Куйбышева ул., д. 50, Пермь, 614016
Тел. (342) 239-35-63, факс (342) 239-31-24
E-mail: urpn@59.rospotrebnadzor.ru
www.59.rospotrebnadzor.ru
ОКПО 73507314; ОГРН 1055901619168
ИНН/КПП 5904122386/590401001

13 ЯНВ 2022 № 59-00-09/05-692-2022
На исх. № 059-08-01-21/2-234
от 13.12.2021 г.

Начальнику департамента
образования администрации
г. Перми
А.А. Деменевой

Сибирская ул., д. 17, г. Пермь,
614000

«О рассмотрении примерных меню
для учащихся 1-4 классов г. Перми»

Уважаемая Анна Анатольевна!

Управление Роспотребнадзора по Пермскому краю (далее - Управление) по Вашему заявлению (вх. № 59-56097-2021 от 14.12.2021 г.) провело санитарно-гигиеническую оценку 3-х вариантов единого примерного меню для учащихся 1-4 классов города Перми для организации бесплатного горячего питания.

При рассмотрении результатов санитарно - гигиенической оценки меню, проведенной ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае», а именно: экспертного заключения № 29-ЦА от 11.01.2022 г. ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» по результатам санитарно-эпидемиологических обследований, санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок, установлено, что представленные 2-й, 3-й варианты примерных 10-12-дневных меню для организации питания детей от 7 до 11 лет (1-4 классов) на осенне-зимний период в общеобразовательных организациях города Перми не противоречат требованиям СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

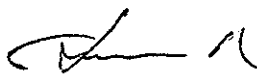
...в конкретной общеобразовательной организации с учетом набора помещений, при условии оснащения техническими средствами для реализации технологического процесса (технологическое оборудование), холодильным, моечным оборудованием, инвентарем, посудой, тарой и т.д.

Кроме того, Управление сообщает, что по результатам санитарно – гигиенической оценки 1-го варианта примерного 12-дневного меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период года, установлено, что данное примерное меню не соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» по п.8.1., п.8.1.2. Приложения № 9 Таблиц №№ 1, 3; МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся образовательных организаций» по п. 2.5. на основании экспертного заключения № 29-ЦА от 11.01.2022 г. ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» по результатам санитарно-эпидемиологических обследований, санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок.

На основании вышеизложенного, предлагаем доработать 1-й вариант примерного меню для учащихся 1–4-х классов для организации бесплатного горячего питания, устранив выявленные нарушения действующих нормативных документов, и направить в Управление откорректированное меню для проведения санитарно-гигиенической оценки на соответствие санитарным требованиям.

Приложение: экспертное заключение № 29-ЦА от 11.01.2022 г. ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» по результатам санитарно-эпидемиологических обследований, санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок.

Заместитель руководителя



А.М. Зомарев

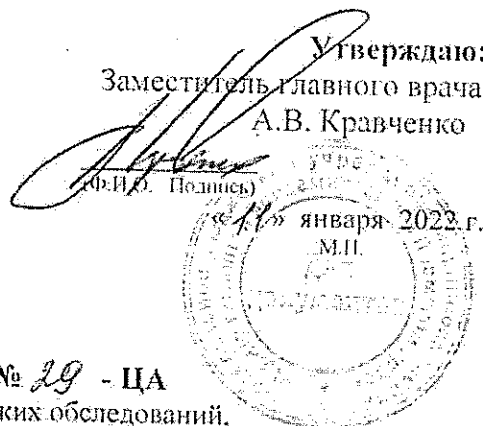
**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ПЕРМСКОМ КРАЕ»**

Юридический адрес: Россия, 614016, Пермский край, г. Пермь, ул. Куйбышева, 50
Телефон/факс: (342) 239-34-09, факс: 239-34-11
ОГРН 1055901616671, ИНН 5904122072
УФК по Пермскому краю (ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае», д/с
20566U23700)
Расчетный счет: 40501810965772300004 в Отделении Пермь г. Пермь
Код по ОКПО 75507248

Аттестат аккредитации
№ RA.RU.710044

Утверждаю:
Заместитель главного врача
А.В. Кравченко



ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 29 - ЦА
по результатам санитарно-эпидемиологических обследований,
санитарно-эпидемиологических и гигиенических оценок

Управлением Роспотребнадзора по Пермскому краю вынесено Предписание о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы №1579 от 15.12.2021 года, вх. № 8678 от 16.12.2021 года, о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы 3-х вариантов единого примерного меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов.

В качестве экспертной организации был определен ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае».

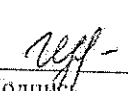
В отношении Департамента образования администрации г. Перми была проведена гигиеническая оценка представленных 3-х вариантов единого примерного меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов.

Результаты оформлены в виде: - .

Проведение экспертизы и оформление экспертного заключения по результатам гигиенической оценки было поручено провести заведующей отделом гигиены детей и подростков, врачу по гигиене детей и подростков ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» Щелчковой Екатерине Александровне.

Щелчкова Екатерина Александровна предупреждена об ответственности за дачу заведомо ложного заключения.

(Ф.И.О. полностью)


Подпись

Гигиеническая оценка представленных примерных меню проведена: дата начала «20» декабря 2021 г. в 08-30 часов, дата окончания «10» января 2022 г. в 16-00 часов.

Эксперту было дано предписание на проведение:

1. Гигиеническая оценка представленных 3-х вариантов единого примерного меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов.

В распоряжение эксперта были предоставлены следующие документы:

(перечислить с указанием наименования, номера и даты документа)

1. Предписание о проведении санитарно-эпидемиологической экспертизы №1579 от 15.12.2021 года, вх. № 8678 от 16.12.2021 года;
2. 3-й вариант единого примерного меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов.

В результате установлено:

Цель проведения гигиенической оценки установление соответствия (несоответствия) предоставленных меню требованиям:

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СП 2.4.3648-20);
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

1-ый вариант меню

При составлении 12 - дневного меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период использовалась следующая 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». Составители: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В., г. Пермь, 2013 г.;

- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений». Составители: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В., Лебедева А.Г., издание 5-е с дополнениями, 2018 г.

Представленное на экспертизу примерное 12-ти дневное меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных учреждениях (для учащихся 1-4 классов) предполагает реализацию основного (организованного) меню, включающего горячее питание - завтрак и обед. Согласно пояснительной записке (исх. №37 от 10.12.2021 г.) ИП Векшина А.А., организация питания детей планируется осуществляться посредством реализации основного меню (горячее питание) с учетом режима функционирования организации и режима обучения: продолжительность занятий до 6 часов с количеством обязательных приемов пищи 1 смена - завтрак, вторая смена - обед, что не противоречит п.8.1.2. Приложения № 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

Меню для детей, нуждающихся в диетическом питании на гигиеническую оценку не представлено.

В соответствии с п.8.1.4. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 представленные варианты меню разработаны на период не менее 2-х недель для возрастной группы с 7 до 11 лет в соответствии с рекомендуемым образцом по приложению № 8 к настоящим Правилам.

Представленный вариант меню содержит информацию о массе порций блюд, ссылки на №ТТК. Представленные технологические карты содержат информацию о технологии приготовления блюд, калорийности, содержании белков, жиров и углеводов, витаминов и минеральных веществ, для горячих блюд – информацию о температуре их выдачи.

В меню включены продукты, являющиеся источниками полноценного белка: мясо, рыба, птица, яйца, творог, сыр, крупы, бобовые. Для восполнения детьми витаминами – овощи, фрукты, чай с лимоном, компоты, напиток из шиповника, соки. Согласно представленным технологическим картам, в целях профилактики йододефицитных состояний у детей в меню планируется использовать соль поваренную пищевую йодированную при приготовлении блюд и кулинарных изделий.

В представленном меню за 12 дней не используется пищевая продукция, которая не допускается при организации питания детей, что соответствует требованиям п. 8.1.9., приложение № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Однако в меню обедов 6-го и 12-го дней

включены пельмени мясные отварные, согласно ТТК №525 блюдо рекомендовано для старшей возрастной группы.

В меню включены блюда, технология приготовления которых предусматривает использование шадящих методов кулинарной обработки.

Допускается повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в обеды 4-го и 5-го дней – картофельное пюре, ТТК №429, что не соответствует п. 2.5 МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся образовательных организаций».

Завтраки состоят из закуски (бутерброд с маслом, сыром/фрукт/йогурт/выпечная продукция/салаты одно-, двухкомпонентные), горячего блюда (каши/яичное/творожное/мясное блюда) и горячего напитка (чай, какао). Обеды состоят из закуски, первого и второго блюда, гарнира, напитка.

Суммарный объем блюд в завтрак 10-го дня составил 460 г, при гигиеническом требовании не менее 500 г, что не соответствует п. 8.1.2, приложение № 9, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Суммарные объемы блюд в обеды соблюдаются.

Требования по массе порций блюд согласно п.8.1.2. Приложения № 9 Таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 не соблюдаются:

- 6 и 12 дни – пельмени мясные отварные - 205 г, при гигиеническом требовании - второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) – 90-120 г, гарнир – 150-200 г;

- 7 день – жаркое по-домашнему – 200 г, при гигиеническом требовании второе блюдо (мясное, рыбное, блюдо из мяса птицы) – 90-120 г, гарнир – 150-200 г.

Распределение калорийности по отдельным приемам пищи (завтраки) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 20-25%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность завтрака от 485,79 ккал (минимальный показатель) до 995,85 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 20,7% до 42,4% соответственно.

Распределение калорийности по отдельным приемам пищи (обеда) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 30-35%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность обеда от 610,29 ккал (минимальный показатель) до 970,50 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 26% до 41,3% (за неделю средний % пищевой ценности составил 33,7%) соответственно.

Содержание пищевых веществ и энергии в среднем за 1 день цикла по отдельным приемам пищи составило (все данные химического состава ингредиентов блюд в меню представлены без учета потерь при тепловой кулинарной обработке):

- завтрак в среднем за 1 день цикла: белки 26,02 г - 33,4% от суточной нормы, жиры 20,86г - 26,4% от суточной нормы, углеводы 91,41г - 27,4% от суточной нормы, энергетическая ценность – 657,43ккал - 28% от суточной нормы;

- обед в среднем за 1 день цикла: белки 30,73 г - 40% от суточной нормы, жиры 30,2г - 38,2% от суточной нормы, углеводы 97,64г - 29% от суточной нормы, энергетическая ценность – 785,19ккал - 33,4% от суточной нормы.

2 вариант меню

При составлении 10- 12 - дневных меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период использовалась следующая 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». Составители: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В., издание 5-е с дополнениями, г. Пермь, 2013 г.;

- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования,

специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений». Составители: Перевалов А.Я., Тапешкина Н.В., издание 3-е, 2018 г.;

- Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений». Составители: Перевалов А.Я., Тапешкина Н.В., издание 5-е, доп. - 2018 г.;

- Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания. Сборник технических нормативов. Москва ДеЛи плюс 2013г;

- Справочник рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений города Москвы. Департамент потребительского рынка и услуг города Москвы. Москва 2003. Под редакцией Варфоломеевой В.Л. Составили Сорокина Л.И. Александрова Г.В. Барсукова Л.Л. Борисова И.В.;

- Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания И.М. Скурихин, В.А.Тутельян. Москва ДеЛи принт 2007.

Представленные на экспертизу перспективные 10 - 12 дневные меню для организации питания детей от 7 до 10 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных организациях (для учащихся 1-4 классов) предполагают реализацию основного (организованного) меню, включающего горячее питание – завтрак, обед, полдник. Согласно пояснительной записке (исх. б/н от 09.12.2021 г.) к представленному меню НП «Лидер» организация питания детей планируется осуществляться посредством реализации основного меню (горячее питание) с учетом режима функционирования организации и режима обучения, что не противоречит п.8.1.2. Приложения № 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

Возрастная группа	Смена	Наименование
Дети 7-11 лет	1 смена (пребывание до 6 часов)	Завтрак «Переменка»
	2 смена (пребывание до 6 часов)	Обед «Обжорка»

Меню предоставлено на 12 дней – для общеобразовательных организаций, работающих по 6-ти дневному графику, работающих по 5-ти дневному графику, меню предусматривается как 10-ти дневное, исключая 6-ой и 12-й день.

Кроме того, представлено меню для детей для детей с ОВЗ и нуждающихся в диетическом питании:

Возрастная группа	Смена	Наименование
Дети ОВЗ	1 смена	Завтрак «Правильный» Обед «Обжорка»
	2 смена	Обед «Обжорка» Полдник
Дети ОВД (основной вариант диеты)	1 смена (пребывание до 6 часов)	Завтрак «Здоровей-ка»
	2 смена (пребывание до 6 часов)	Обед «Здоровей-ка»

Представленные варианты меню содержат информацию о массе порций блюд, ссылки на №ТТК. Представленные меню-раскладки содержат информацию о калорийности, содержании белков, жиров и углеводов, витаминов и минеральных веществ.

В представленных меню за 10-12 дней не используется пищевая продукция, которая не допускается при организации питания детей, что соответствует требованиям п. 8.1.9., приложение № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В меню включены блюда, технология приготовления которых предусматривает использование шадящих методов кулинарной обработки. Повторение одних и тех же блюд в течение одного дня и двух последующих дней не допускается.

Завтрак «Правильный» состоит из закуски (бутерброд с маслом, сыром/яйцо вареное/фрукт/йогурт/выпечная продукция), горячего блюда (каши/яичное/творожное блюда) и горячего напитка (чай, какао). Завтрак «Переменка», «Здоровей-ка» состоит из закуски (салаты одно-, двухкомпонентные/бутерброд с маслом, сыром/фрукт/йогурт/выпечная продукция), горячего блюда (каши/яичное/творожное/мясное блюда) и горячего напитка (чай, какао). Обеды «Обжорка». «Здоровей-ка» состоят из закуски, первого и второго блюда, гарнира, напитка. Полдник состоит из напитка (чай/молоко/соки/кисло-молочные напитки), кондитерской/выпечной продукции/ фруктов.

В меню завтраков «Правильный», «Переменка», обеда «Обжорка» включены продукты, являющиеся источниками полноценного белка: мясо, рыба, птица, яйца, творог, сыр, крупы и бобовые; для восполнения детьми витаминами – овощи, фрукты, витаминизированные напитки, чай с лимоном, компоты.

Выполнение среднесуточных наборов пищевой продукции для детей 7-11 лет в соответствии с п.8.1.2 приложение № 7, таблица 2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 при двухразовом питании составило:

- 1 смена - завтрак «Правильный» +обед «Обжорка» - (10/12 дневное меню соответственно): мясо – 61/51%, птица – 61,4/82%, яйца – 59/57%, творог – 50/41%, рыба – 12,4/31%, кисло-молочные продукты – 13,3/11,1%. крупы и бобовые – 100/102%. фрукты – 42/45%, овощи – 39/40,3%;

- 2 смена - обед «Обжорка» + полдник - (10/12 дневное меню соответственно): мясо –61/51 %, птица –61/82 %, творог –37/31 %, рыба –12/31%, яйца –10/9%, кисло-молочные продукты – 29/24%, крупы и бобовые –63/63%, фрукты – 42/44%, овощи – 43/39%.

В завтраке и обеде «Здоровей-ка» исключен хлеб пшеничный, выпечная продукция, сахар при приготовлении напитков. Включены продукты, являющиеся источниками полноценного белка: мясо, рыба, птица, яйца, гречка, рис, фасоль; и продукты с низким гликемическим индексом: овощи, фрукты, бобовые, макаронные изделия из муки твердых сортов.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню включена специализированная пищевая продукция промышленного выпуска (витаминизированные напитки), в целях профилактики йододефицитных состояний у детей в меню планируется использовать соль поваренную пищевую йодированную при приготовлении блюд и кулинарных изделий.

Суммарные объемы блюд в завтраки, обеды, полдни соответствуют п. 8.1.2, приложение № 9, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Требования по массе порций блюд согласно п.8.1.2. Приложения № 9 Таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 соблюдаются.

Распределение калорийности по отдельным приёмам пищи (завтраки) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 20-25%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность завтрака «Переменка» от 498,35 ккал (минимальный показатель) до 678,47 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 21, 2% до 28,9% соответственно ;

- калорийность завтрака «Правильный» от 473,2 ккал (минимальный показатель) до 715,3 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 20,1% до 30,4% соответственно;

- калорийность завтрака «Здоровей-ка» от 438,16 ккал (минимальный показатель) до 625,95 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 18,6% (за неделю средний % пищевой ценности составил 22,7%) до 26,6% соответственно.

Распределение калорийности по отдельным приёмам пищи (обеда) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 30-35%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность обеда «Обжорка» от 709,68 ккал (минимальный показатель) до 960,05 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 30,2% до 40% соответственно;
- калорийность обеда «Здоровей-ка» от 664,4 ккал (минимальный показатель) до 921,95 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 28,3% (за неделю средний % пищевой ценности составил 33,2%) до 39% соответственно.

Распределение калорийности по отдельным приёмам пищи (полдни) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 10-15%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность полдника от 308 ккал (минимальный показатель) до 457 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 13% до 19% соответственно.

Содержание пищевых веществ и энергии в среднем за 1 день цикла при двухразовом питании и по отдельным приемам пищи составило (все данные химического состава ингредиентов блюд в меню представлены без учета потерь при тепловой кулинарной обработке):

- завтрак «Переменка» в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 26,3/26,7 г – 34/35 % от суточной нормы; жиры – 20,0/19,7 г – 25/25 % от суточной нормы; углеводы – 80,2/80 г – 24/24 % от суточной нормы, энергетическая ценность – 606,4/604,6 ккал – 25,8/25,7 % от суточной нормы;
- завтрак «Здоровей-ка» в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 30,1/30,1 г – 39/39% от суточной нормы; жиры – 21,3/21,1 г – 27/26,7 % от суточной нормы; углеводы – 58,3/58,1 г – 17,4/17,3 % от суточной нормы, энергетическая ценность – 542,7/542,7 ккал – 23/23 % от суточной нормы;
- обед «Обжорка» в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 29,4/30,9 г – 38/40 % от суточной нормы; жиры 26,8/28,2 г – 34/36 % от суточной нормы; углеводы – 104,8/102,8 г – 31,2/30,7 % от суточной нормы, энергетическая ценность – 778,4/789,1 ккал – 33,1/33,6 % от суточной нормы;
- обед «Здоровей-ка» в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 32,4/33,6 г – 42/44 % от суточной нормы; жиры – 29,9/30,4 г – 37,8/38,5 % от суточной нормы; углеводы – 90,9/89,3 г – 27/27 % от суточной нормы, энергетическая ценность – 763,0/765,8 ккал – 32,5/32,6 % от суточной нормы;
- при 2-х разовом питании детей с ОВЗ 1 смены (завтрак «Правильный», обед «Обжорка») в среднем за 1 день цикла 10-ти дневного меню:
 - белки 50,49 г (65% от суточной нормы),
 - жиры 43,86 г (56% от суточной нормы),
 - углеводы 190,92 г (57% от суточной нормы), энергетическая ценность – 1361,53 ккал (58 % от суточной нормы);
- при 2-х разовом питании детей с ОВЗ 1 смены (завтрак «Правильный», обед «Обжорка») в среднем за 1 день цикла 12-ти дневного меню:
 - белки 51,5 г (67% от суточной нормы),
 - жиры 45,25 г (57% от суточной нормы),
 - углеводы 190,78 г (57% от суточной нормы), энергетическая ценность – 1377,48 ккал (58,6 % от суточной нормы);
- при 2-х разовом питании детей с ОВЗ 2 смены (обед «Обжорка», полдник) в среднем за 1 день цикла 10-ти дневного меню:
 - белки 42,51 г (55% от суточной нормы),
 - жиры 36,45 г (46% от суточной нормы),
 - углеводы 164,72 г (49% от суточной нормы), энергетическая ценность – 1157,63 ккал (49 % от суточной нормы).

- при 2-х разовом питании детей с ОВЗ 2 смены (обед «Обжорка», полдник) в среднем за 1 день цикла 12-ти дневного меню:

- белки 43,37г (56% от суточной нормы),
- жиры 37,89 г (48% от суточной нормы),
- углеводы 162,37 г (48% от суточной нормы), энергетическая ценность – 1164,55 ккал (49 % от суточной нормы).

Изготовление и реализация данного ассортимента блюд и кулинарных изделий возможна в конкретной образовательной организации с учетом набора помещений, при условии оснащения техническими средствами для реализации технологического процесса (технологическое оборудование), холодильным, моечным оборудованием, инвентарем, посудой, тарой и т.д.

3 вариант меню: завтрак, обед

При составлении 10- 12 - дневного меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период использовалась следующая 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., Тютельян В.А. Москва 2007г.

Представленные на экспертизу перспективные 10 - 12 дневные меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных организациях (для учащихся 1-4 классов) предполагают реализацию основного (организованного) меню, включающего горячее питание – завтрак, обед, полдник. Согласно пояснительной записке к представленному меню (вариант №3) организация питания детей планируется осуществляться посредством реализации основного меню (горячее питание) с учетом режима функционирования организации и режима обучения, что не противоречит п.8.1.2. Приложения № 12 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

Возрастная группа	Смена	Наименование
Дети 7-11 лет	1 смена (продолжение по 6 классу)	Завтрак №2

	2 смена (пребывание до 6 часов)	Обед №1
--	------------------------------------	---------

Меню предоставлено на 12 дней – для общеобразовательных организаций, работающих по 6-ти дневному графику, работающих по 5-ти дневному графику, меню предусматривается как 10-ти дневное, исключая 6-ой и 12-й день.

Кроме того, представлено меню для детей, нуждающихся в диетическом питании:

Возрастная группа	Смена	Наименование
Дети СВЗ	1 смена	Завтрак №1 Обед №1
	2 смена	Обед №1 Полдник
Дети с ОВД (основной вариант диеты)	1 смена (пребывание до 6 часов)	Завтрак №3
	2 смена (пребывание до 6 часов)	Обед №2

Представленные варианты меню содержат информацию о массе порций блюд, ссылки на №ТТК. Представленные меню-раскладки содержат информацию о калорийности, содержании белков, жиров и углеводов, витаминов и минеральных веществ.

В представленных меню за 10-12 дней не используется пищевая продукция, которая не допускается при организации питания детей, что соответствует требованиям п. 8.1.9., приложение № 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

В меню включены блюда, технология приготовления которых предусматривает использование шадящих методов кулинарной обработки. Повторение одних и тех же блюд в течение одного дня и двух последующих дней не допускается.

Завтрак №1 состоит из закуски (бутерброд с маслом, сыром/яйцо вареное/фрукт/йогурт/выпечная продукция), горячего блюда (каши/яичное/творожное блюда) и горячего напитка (чай, какао). Завтраки №№ 2, 3 состоят из закуски (салаты одно-, двухкомпонентные/бутерброд с маслом, сыром/фрукт/выпечная продукция), горячего блюда (каши/яичное/творожное/мясное блюда) и горячего напитка (чай, какао). Обеды №1,2 состоят из закуски, первого и второго блюда, гарнира, напитка. Полдник состоит из напитка (чай/молоко/соки/кисло-молочные напитки), кондитерской/выпечной продукции/ фруктов.

В меню завтраков и обедов включены продукты, являющиеся источниками полноценного белка: мясо, рыба, птица, яйца, творог, сыр, крупы и бобовые; для восполнения детьми витаминами – овощи, фрукты, витаминизированные напитки, чай с лимоном, компоты.

Выполнение среднесуточных наборов пищевой продукции для детей 7-11 лет в соответствии с п.8.1.2 приложение № 7, таблица 2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 при двухразовом питании составило:

- 1 смена - завтрак №1 +обед №1 - (10/12 дневное меню соответственно): мясо – 33,4/35,5%, птица – 97/80,5%, творог – 38/59%, яйца – 34/30%, рыба – 29/33%, кисло-молочные продукты – 6,7/5,6%, крупы и бобовые – 137/126%, фрукты – 15/16%, овощи – 48,5/53%;

- 2 смена - обед №1 + полдник - (10/12 дневное меню соответственно): мясо –33/35,5 %, птица – 96/80,5 %, рыба – 30,5/33%, яйца –16,5/14%, кисло-молочные продукты – 53/67%, крупы и бобовые –65/56%, фрукты – 3,5/4,5%, овощи – 44,7/49%.

В завтраке №3 и обеде №2 исключен хлеб пшеничный, выпечная продукция, сахар при приготовлении напитков. Включены продукты, являющиеся источниками полноценного белка: мясо, рыба, птица, яйца, крупы и бобовые; и продукты с низким гликемическим индексом: овощи, фрукты, бобовые.

Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в меню включена специализированная пищевая продукция промышленного выпуска (витаминизированные напитки), в целях профилактики йододефицитных состояний у детей в меню планируется использовать соль поваренную пищевую йодированную при приготовлении блюд и кулинарных изделий.

Суммарные объемы блюд в завтраки, обеды, полдники соответствуют п. 8.1.2, приложение № 9, таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Требования по массе порций блюд согласно п.8.1.2. Приложения № 9 Таблица 1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 соблюдены.

Распределение калорийности по отдельным приемам пищи (завтраки) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 20-25%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность завтрака №1 от 574,19 ккал (минимальный показатель) до 810,37 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 24,4% до 34% соответственно;
- калорийность завтрака №2 от 490,96 ккал (минимальный показатель) до 770,65 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 20,9% до 33% соответственно;
- калорийность завтрака №3 от 365,66 ккал (минимальный показатель) до 717,99 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 15,56% (за неделю средний % пищевой ценности составил 20,43%) до 30,55 % соответственно.

Распределение калорийности по отдельным приемам пищи (обеда) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 30-35%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность обеда №1 от 756,57 ккал (минимальный показатель) до 1101,37 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 32% до 47% соответственно;
- калорийность обеда №2 от 661,49 ккал (минимальный показатель) до 1022,79 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 28% (за неделю средний % пищевой ценности составил 37%) до 43 соответственно.

Распределение калорийности по отдельным приемам пищи (полдники) для детей не ниже величин (доля суточной потребности 10-15%), указанных в п.8.1.2. Приложение 10 Таблица 3, п.8.1.2.1, п.8.1.2.3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и составило:

- калорийность полдника от 329,22 ккал (минимальный показатель) до 579,73 ккал (максимальный показатель), что в процентном выражении составило от 14% до 24% соответственно.

Содержание пищевых веществ и энергии в среднем за 1 день цикла при двухразовом питании и по отдельным приемам пищи составило (все данные химического состава ингредиентов блюд в меню представлены без учета потерь при тепловой кулинарной обработке):

- завтрак №2 в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 23,4/24,5 г - 30,4/32 % от суточной нормы; жиры - 23,4/23,6 г - 29,6/29,9 % от суточной нормы; углеводы 82,4/81,5 г - 24,6/24,3 % от суточной нормы, энергетическая ценность - 623,4/619,6 ккал - 26,5/26,4 % от суточной нормы;
- завтрак №3 в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 22,8/21,5г - 29,6/28 % от суточной нормы; жиры - 19/19,4 г - 24/24,6 % от суточной нормы; углеводы - 58,6/57 г - 17,5/17 % от суточной нормы, энергетическая ценность - 483,3 / 475 ккал - 20,6/20,2 % от суточной нормы;
- обед №1 в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 39,4/38 г - 51/49 % от суточной нормы; жиры 38/37г - 48/47 % от суточной нормы; углеводы - 105,3/105,8 г - 31,4/31,6 % от суточной нормы, энергетическая ценность - 920,8/905,7 ккал - 39/38,5 % от суточной нормы;
- обед №2 в среднем за 1 день цикла (10/12 дневное меню соответственно): белки - 37/36,4 г - 48/47 % от суточной нормы; жиры - 38/37,6 г - 48/47,6 % от суточной нормы; углеводы -

88,5/89 г – 26,4/26,6 % от суточной нормы, энергетическая ценность – 852,2/847,1 ккал – 36,3/36,1 % от суточной нормы;

- при 2-х разовом питании детей с ОБЗ 1 смены (завтрак №1, обед №1) в среднем за 1 день цикла 10-ти дневного меню:

- белки 51,83 г (67% от суточной нормы),
- жиры 55,26 г (70% от суточной нормы),
- углеводы 197,28 г (59% от суточной нормы),
- энергетическая ценность – 1483 ккал (63 % от суточной нормы);

- при 2-х разовом питании детей с ОБЗ 1 смены (завтрак №1, обед №1) в среднем за 1 день цикла 12-ти дневного меню:

- белки 51,83 г (67% от суточной нормы),
- жиры 55,26 г (70% от суточной нормы),
- углеводы 197,28 г (59% от суточной нормы),
- энергетическая ценность – 1483,01 ккал (63 % от суточной нормы);

- при 2-х разовом питании детей с ОБЗ 2 смены (обед №1, полдник) в среднем за 1 день цикла 10-ти дневного меню:

- белки 39,6 г (51,4% от суточной нормы),
- жиры 44,26 г (56% от суточной нормы),
- углеводы 177,44 г (53% от суточной нормы),
- энергетическая ценность – 1283,02 ккал (55% от суточной нормы);

- при 2-х разовом питании детей с ОБЗ 2 смены (обед №1, полдник) в среднем за 1 день цикла 12-ти дневного меню:

- белки 39,6 г (51% от суточной нормы),
- жиры 44,26 г (56% от суточной нормы),
- углеводы 177,44 г (53% от суточной нормы),
- энергетическая ценность – 1283,02 ккал (55% от суточной нормы).

Изготовление и реализация данного ассортимента блюд и кулинарных изделий возможна в конкретной образовательной организации с учетом набора помещений, при условии оснащения техническими средствами для реализации технологического процесса (технологическое оборудование), холодильным, моечным оборудованием, инвентарем, посудой, тарой и т.д.

ВЫВОД

На основании вышеизложенного и, руководствуясь Федеральным законом № 52-ФЗ от 30.03.1999г. «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», установлено:

- представленный **1 вариант** 12-ти дневного меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных учреждениях (для учащихся 1-4 классов)

не соответствует (соответствует)

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» по п.8.1., п.8.1.2. Приложение № 9 Таблицы №№ 1, 3

; - МР 2.4.0179-20 «Рекомендации по организации питания обучающихся образовательных организаций» по п. 2.5

- представленный **2 вариант** 10 - 12 дневного меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных учреждениях (для учащихся 1-4 классов)

соответствует (не-соответствует)

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

• представленный 3 вариант 10-12 дневного меню для организации питания детей от 7 до 11 лет на осенне-зимний период в общеобразовательных учреждениях (для учащихся 1-4 классов).

соответствует (не-соответствует)

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Заведующая отделом ГДиП

Врач по ГДиП

Должность


Подпись

Е.А. Щелчкова
Ф.И.О.

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 7-10 лет.

В школе организовано для учащихся возрастной категории 7-10 лет трехразовое питание: завтрак, обед и полдник. Разработанное меню предусматривает 3-х разовое питание: завтрак, обед и полдник.

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, кури, 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, поджаривки 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.

Осуществление питаниямем детей 7-10 лет(Захватрат+Обед+Полдник)														
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													0,43	0,12
2. КАКАО-ПОРОШОК	1,53	0,40	0,20	0,30	0,31	0,30	0,30	0,20	0,66	0,30	0,31	0,30	0,40	0,60
3. КАРТОФЕЛЬ							2,40							
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ	120,10	50,00	130,50	20,90	126,34	121,00	191,20	50,10	164,90	18,00	111,44	146,20	104,22	112,20
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ		200,00		200,00	100,00	200,00		200,00		200,00		200,00	108,33	90,00
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	95,00		0,10	45,20		20,00	0,20		15,00	45,20		50,10	22,57	6,00
7. КРАХМАЛ				2,00					5,00			2,40	0,78	1,20
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ													0,00	1,80
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	44,00	113,80	11,00	81,60	54,00	50,00	48,00	54,60	44,00	91,20	72,90	16,50	56,80	27,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8,00			20,00	51,00						78,81		13,15	9,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	19,07	13,60	10,00	14,92	7,00	3,80	18,00	26,30	7,70	6,20	16,60	15,70	13,24	9,00
12. МОЛОКО	11,80	32,50	17,75	24,00	26,33	43,00	13,30	28,40	27,82	32,10	26,26	39,10	26,86	18,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	135,80	110,00	37,50	100,00	131,70	190,00	206,30	53,00	243,30	260,80	59,90	102,50	135,90	180,00
14. МЯСО 1-й КАТЕГОРИИ	45,94	97,70	90,75	75,50	34,72	70,70	60,00	65,00	125,20	79,50	36,52	78,00	71,63	9,00
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	36,00			63,00		64,10							24,84	42,00
16. ПТИЦА (РЫБЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОПРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	149,00	101,40	156,50	105,50	61,90	152,20	129,70	261,60	129,00	112,30	159,00	291,40	150,79	168,00
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ САЛМО- ИЛИ МАЛОСОЛЕННОЕ	32,40	98,40			68,20		139,20						28,18	21,00
18. САХАР			76,00		32,00									
19. СМЕТАНА	22,60	52,60	54,90	25,00	12,44	36,80	53,00	24,30	38,18	29,80	23,64	55,40	35,72	18,00
20. СОКИ ПРОДОВОУЩИЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ			30,00		1,00			8,00	28,00	8,00	8,00	9,00	5,70	8,14
21. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	220,00		200,00		210,00	20,00	200,00	25,00	200,00		200,00		106,25	120,00
22. СУПЫ(ПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)	4,05	16,60	5,00	6,60	8,52	3,80	7,00	3,90	4,44	4,20	12,72	5,70	6,88	1,80
23. СУХОФРУКТЫ							105,30						8,78	18,00
24. СЫР			20,00		20,00		20,00		20,00				8,33	9,00
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)	20,00		15,00	16,00	20,00	2,50		20,00		19,60	6,10		9,93	6,00
36. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ			135,00					56,00				153,00	28,67	30,00
17. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		27,20	140,00	20,00		80,00		27,00		40,00	20,00		29,52	111,00
18. ХЛЕБ РЖАНОЙ	107,00	75,75	75,00	92,60	99,20	106,50	100,00	80,00	65,20	73,90	40,00	80,00	82,93	90,00
9. ЧАЙ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	40,00	40,00	40,00	20,00	25,00	48,00
0. ЯЙЦО, ШТ	1,00	1,00	1,00		0,60	1,00		1,00					0,55	0,60
	3,87	67,90	34,60	7,80	3,66		64,10	2,80	16,12	16,80	3,66	5,90	18,93	24,00
Итого в среднем на одного человека:														
Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал										
	62,31	67,46	267,86	1929,94										
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг								
	3661,69	2389,83	561,79	264,66	1069,38	13,24								
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг	С, мг									
	370,76	1,01	1,24	9,93	77,86									

Рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата: " " 20 2.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: " " 20 2.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: " " 20 2.

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													0,37	0,12
2. КАКАО-ПОРОШОК	1,53	0,20	0,20	0,30	0,31	0,30	0,30	0,20	0,20	0,30	0,31	0,30	0,20	0,60
3. КАРТОФЕЛЬ							2,40							
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ	120,10	50,00	130,50	20,90	126,34	157,90	191,20	50,10	164,90	18,00	111,44	146,20	107,30	112,20
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	200,00			200,00		200,00		200,00		200,00		200,00	100,00	90,00
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	95,00			0,20			0,20			0,20			7,98	6,00
7. КРАХМАЛ				2,00					5,00				0,78	1,20
8. КРУПЫ, БОВОВЫЕ													2,40	0,00
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	44,00	69,40	50,00	124,90	65,80	12,20	48,00	77,10	37,30	51,20	72,90	15,00	55,65	27,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8,00	51,00		20,00	51,00					51,00	78,81	15,40	21,65	9,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	19,07	15,20	8,00	17,52	7,00	7,40	16,00	28,30	12,20	9,80	16,60	39,10	14,54	9,00
12. МОЛОКО	11,80	34,00	22,00	21,00	27,63	42,40	28,30	24,70	21,90	28,40	26,26	102,50	27,29	18,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	135,80	22,50	133,50	125,80	155,70	36,80	206,30	15,00	217,30	63,90	59,90	106,25	106,25	180,00
14. МЯСО 1-й КАТЕГОРИИ	45,94	65,90	80,00	75,50	34,72	72,50	60,00	73,00	72,00	79,50	36,52	76,70	64,36	9,00
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	36,00			63,00		64,10			51,30	63,00	72,00		29,12	42,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛИТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	149,00	161,40	156,50	165,50	61,90	356,10	129,70	167,60	186,00	165,10	130,20	291,40	176,70	168,00
17. РЫБА (ФИЛЕ, В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАВО- или МАЛОСОЛЕННОЕ	32,40	98,40		68,20	68,20	67,50	139,20			66,90			45,07	21,00
18. САХАР			76,00		32,00								62,00	25,50
19. СМЕТАНА	22,60	34,30	39,90	25,00	12,44	36,20	53,00	24,30	29,40	28,00	23,64	53,40	31,85	18,00
20. СОКИ ПЛОДОВООЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ			10,00		1,00		8,00	28,00	8,00		9,00	5,00	5,75	6,00
21. СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	220,00		200,00		210,00	20,00	200,00	25,00	200,00		200,00		106,25	120,00
22. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)	4,05	15,58	4,00	13,90	11,12	4,30		5,30	3,90	9,90	12,72	5,56	8,11	1,80
23. СУХОФРУКТЫ		104,40					105,30						17,48	18,00
24. СЫР			20,00		20,00		20,00		20,00				8,33	9,00
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)	20,00		15,00		20,00	2,50		20,00		4,60	6,10		7,35	6,00
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ													11,25	30,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100,00	27,20	140,00	20,00	140,00			27,00		20,00	20,00	100,00	49,52	111,00
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ	107,00	95,75	75,00	91,80	99,20	111,50	100,00	100,00	96,00	95,60	40,00	80,00	90,99	90,00
29. ЧАЙ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	40,00	40,00	40,00	20,00	26,67	48,00
30. ЯЙЦО, ШТ	1,00	1,00	1,00		0,60	1,00		1,00		1,00			0,63	0,60
	3,87	20,80	29,40	7,80	3,66		64,10	27,80	10,40	16,80	33,66	5,20	18,62	24,00

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Белки, г				Жиры, г				Углеводы, г				Калории, ккал			
	64,05		67,71		258,43		1903,55									
Минеральные вещества	Наприй, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Магний, мг								Фосфор, мг	Железо, мг		
	4225,16	2549,63	500,29	274,18	1066,16		15,25									
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	В2, мг	ВР, мг	С, мг										
	430,88	1,07	1,38	12,28	90,65											

рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата: " " 20 2.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: " " 20 2.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: " " 20 2.

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														
3. КАРТОФЕЛЬ	170,10	49,90	130,50	45,90	187,94	162,40	191,20	50,10	164,90	18,00	75,44	146,20	116,05	112,20
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВА ПРОДАВЦА	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				0,78	1,20
7. КРАХМАЛ														
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	44,00	86,70	11,00	82,90	86,90	6,60	48,00	89,60	22,20	51,20	72,90	29,60	52,63	27,00
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ										51,00			4,25	9,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	19,07	18,08	10,00	17,52	10,70	8,40	18,60	22,70	15,60	8,80	17,80	13,40	15,06	9,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,80	34,80	13,20	21,10	15,43	44,30	28,40	20,90	21,00	25,80	12,63	44,10	24,04	18,00
12. МОЛОКО	135,80	22,50	60,00	125,80	131,70	44,30	206,30	96,00	145,30	66,60	122,40	174,50	110,93	180,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	45,94	65,90	91,20	77,30	34,72	74,90	60,00	65,00	75,00	79,50	36,52	66,70	64,39	9,00
14. МЯСО 1-й КАТЕГОРИИ	36,00			63,00					79,00	63,00	72,00		26,08	42,00
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ, МОРОЖЕННЫЕ, КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	149,80	191,40	156,50	376,90	76,90	356,60	135,00	190,40	195,00	172,30	100,20	291,40	199,37	168,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	32,40	98,40		68,20	68,20	127,30	139,20						50,16	21,00
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕННОЕ			76,00							68,20			16,42	34,80
18. САХАР	4,60	28,00	9,90	25,00	2,44	16,20	35,00	14,30	7,40	15,00	13,64	33,40	17,07	18,00
19. СМЕТАНА			15,00	10,00	1,00	3,60	8,00	28,00	8,00		9,00		6,88	6,00
20. СОКИ ПЛОДОВООЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	220,00		220,00		210,00	20,00	200,00	25,00	200,00		200,00		107,92	120,00
21. СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	4,05	14,58	5,00	12,30	8,62	4,50	2,30	4,40	6,60	9,60	8,82	4,30	7,09	1,80
22. СУХОФРУКТЫ (ПЕЧЕНЬ, ЯЗЫК, СЕРДЦЕ)		104,40						105,30					17,48	18,00
23. СУХОФРУКТЫ					20,00		20,00		20,00				6,67	9,00
24. СЫР					20,00			20,00					5,59	6,00
25. ТВОРОГ(5%-9% м.д.ж.)			135,00		20,00	2,50		20,00		4,60	20,00		11,25	30,00
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	120,00	27,20	140,00	20,00	140,00								72,95	111,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27,00			31,80	19,20		20,00		25,20	38,10		20,00	15,11	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	3,87	20,80	34,60	7,80	3,66		4,16	2,80	10,40	16,80	103,66		17,37	24,00

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Велич, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
	59,13	64,28	218,24	1687,72
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	3580,03	2630,61	501,64	266,98
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	ВР, мг
	406,75	1,02	1,39	12,37
	С, мг	Железо, мг		
	120,72	15,94		

Рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата: " " 20 2.

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: " " 20 2.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: " " 20 2.

ООО "Вкус и Качество"

"Согласовано"

День 1

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	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		
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ	200	6,17	7,72	37,15	243,58	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08		
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 подменю:

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		
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ	200	6,17	7,72	37,15	243,58	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08		
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		
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		
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 подменю:

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		
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ	200	6,17	7,72	32,16	223,63	0,19	0,19	1,63	49,1	123,64	234,22	64,98	1,06		
457 СБ 2018г	ЧАЙОВД (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		

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe		
Итого по подменю:																
			9,81	8,44	61,83	365,66	0,23	0,22	9,73	49,1	150,84	272,47	81,58	4,26		

Обед №1

1 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)	60	1,58	3,70	9,04	76,48	0,05	0,06	25,23		39,36	45,28	28,51	0,70
130 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК.ИЗДЕЛИЯМИ/ВЕРМШЕЛЬ(СБ20	200	10,77	6,62	13,54	157,10	0,10	0,11	9,63		21,31	124,98	25,06	1,89
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 1-ЫЙ ВАРИАНТ(СБ2018)	150	3,73	8,47	20,13	172,41	0,14	0,13	38,93	15,1	69,30	102,88	39,72	1,32
507 СБ 2018Г	НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200	0,70	0,06	1,50	9,34								
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:			36,82	34,58	85,90	807,94	0,41	0,45	74,64	31,1	169,41	452,63	119,89	6,37

Обед №2/ОВД

1 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ/ОВД (СБ2018)	60	1,58	3,70	6,04	64,51	0,05	0,06	25,23		39,27	45,28	28,51	0,69
124 СБ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (СБ2018)	200	9,38	5,95	16,17	156,12	0,14	0,13	19,92		23,76	132,58	33,87	2,01
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 1-ЫЙ ВАРИАНТ(СБ2018)	150	3,73	8,47	20,13	172,41	0,14	0,13	38,93	15,1	69,30	102,88	39,72	1,32
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 подменю:			33,85	33,63	75,41	744,83	0,43	0,46	84,93	31,1	167,77	447,23	125,90	6,26

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 подменю:			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. 118,95 144,54 515,10 3846,60 1,72 1,82 183,96 375,7 860,94 2063,04 528,31 28,22

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	21,19	39,63	28,47	30,90
Обед (30 - 35 %)	47,82	43,77	25,64	34,38
Полдник (10 %)	7,05	6,16	27,29	18,35
Итого за день (60 - 70 %)	76,06	89,57	81,40	83,64

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:4,7

Директор Кудинова Т.Л.

Зав. производ.

Бегушкова

Калькулятор

Терещенко И.С.

ООО "Вкус и Качество"

День 2

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

"Согласовано"

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак №1																
267 СБ 2018г	РЯДЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	шт	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,0	47,72	118,20	8,08	1,62		
247 СБ 2013г.	КАША ИЗ ХЛОП.ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС"ВЯЗКАЯ(СБ2018)	200	8,68	9,63	37,75	273,11	1,22	1,07	7,15	257,5	783,97	1228,89	363,67	8,71		
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.	ПЮШКА 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	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22		
Итого по подменю:			22,12	24,83	94,97	693,40	1,24	1,33	10,13	370,8	1029,92	2450,98	743,94	102,93		

Итого по подменю:

Завтрак №2

107 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ (ОГУРЦЫ).	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
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
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 подменю:

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
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
252 СБ 2013г	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ(ГАРИННАЯ)	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(СБ2018)	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. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe

Итого по подменю: 28,62 22,01 53,36 528,54 0,42 2,46 41,93 998,6 95,76 545,22 56,79 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
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
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.	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:			41,55	40,09	114,23	989,66	0,60	0,41	24,69	62,9	169,13	613,02	176,27	8,07

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
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
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:			36,14	41,80	90,53	887,03	0,46	0,38	26,98	62,9	150,24	553,52	158,95	6,80

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 подменю:			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. 172,39 169,79 495,26 4214,78 3,47 7,50 145,86 2723,9 1634,46 3839,67 866,57 48,35

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

СанПиН Таблица 4		Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)		28,73	31,43	28,35	29,51
Обед (30 - 35 %)		53,96	50,75	34,10	42,11
Полдник (10 %)		16,71	24,37	20,23	21,09
Итого за день (60 - 70 %)		99,40	106,54	82,68	92,72

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

Директор Кудина Т.Л. /Кудина Т.Л./ Заг. производ Бегершкова /Бегершкова/ Калькулятор Терещенко И.С. /Терещенко И.С./

День 3

ООО "Вкус и Качество"

"Согласовано"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг													
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	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												
320 СБ 2013г.	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ(СБ2018)	150/30	31,77	13,19	35,14	337,61	0,10	0,40	0,76	77,9	252,06	341,05	37,50	1,04												
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 Г140 (СБ2018)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22												
Итого по подменю:															39,02	22,06	82,02	574,74	0,17	0,13	0,13	0,13	0,13	0,13	0,13	0,13

Итого по подменю:

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 Г140 (СБ2018)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22				
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 подменю:

Завтрак №3/ОВД

82 СБ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2018)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22				
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				

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Калорийн. ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
1	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
2	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
3	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
4	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
5	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
6	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
7	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
8	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
9	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
10	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
11	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
12	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
13	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
14	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
15	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
16	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
17	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
18	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
19	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
20	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
21	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
22	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
23	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
24	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
25	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
26	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
27	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
28	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
29	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
30	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
31	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
32	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
33	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
34	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
35	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
36	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
37	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
38	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
39	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
40	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
41	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
42	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
43	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
44	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
45	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
46	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
47	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
48	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
49	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
50	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
51	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
52	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
53	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
54	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
55	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
56	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
57	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
58	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
59	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
60	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
61	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
62	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
63	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
64	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
65	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
66	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
67	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
68	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
69	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
70	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
71	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
72	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
73	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
74	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
75	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
76	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
77	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
78	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
79	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
80	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
81	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
82	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
83	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
84	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
85	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
86	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
87	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
88	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
89	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
90	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
91	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
92	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
93	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
94	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
95	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
96	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
97	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
98	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
99	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10
100	Пюре из картофеля	100	15,0	0,5	1,0	70	0,1	0,1	0,5	10	10	10	10	10

Итого по подменю:

35,80 12,55 53,36 377,38 0,15 0,48 8,09 70,0 306,54 404,47 65,57 5,65

Обед №1

10 СБ	Икра	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,30	0,30	0,96		32,00	30,00	13,00	0,80
2018Г	КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕН.ПРОИЗВ)													
126 СБ	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО	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
2013Г	СМЕТАНОЙ*													
300 СБ	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В	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
2018Г	ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)													
377 СБ	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
2018Г														
348 СБ	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
2017	СУШЕНЫХ/ИЗЮМА													
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
2013														
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
2013														
Итого по подменю:			38,55	30,38	99,99	824,24	0,73	0,82	53,58	127,7	230,75	588,99	147,10	7,42

Итого по подменю:

Обед №2/ОВД

115 СБ	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,18	0,18	0,58		19,20	18,00	7,80	0,48
2013Г.	(ПРОМ.ПРОИЗВОДСТВА)													
126 СБ	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО	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
2013Г	СМЕТАНОЙ*													
300 СБ	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В	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
2018Г	ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)													
377 СБ	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
2018Г														
496 СБ	НАПИТОК ИЗ	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60
2018Г	ШИПОВНИКА/ОВД(СБ2018)													
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
2013														
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

Итого по подменю:

Полдник

545 СБ	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
2018Г														
501 СБ	Сок фруктовый/яблочный	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
2018Г														
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 по подменю:

Итого за день: 0,00 руб. 174,14 117,87 473,90 3386,69 2,03 2,94 335,30 621,8 1286,79 2468,08 515,13 36,39

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	50,68	27,92	24,48	24,46
Обед (30 - 35 %)	50,06	38,46	29,85	35,07
Полдник (10 %)	10,42	8,35	24,27	17,73
Итого за день (60 - 70 %)	111,16	74,73	78,60	77,26

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

Директор Кудина Т.П. Зав. производ Бегершиной Калькулятор Терещенко И.С.

День 4

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

"Согласовано"

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г		Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж		У	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
№ п/п	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Калорийн. ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
Застрак №1														
№ п/п	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Калорийн. ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

Заемщик №1

66 СБ	БУТЕРБРОД С СЫРНОЙ	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
2018Г	ПАСТОМ-ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018Г)													
213 СБ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018Г).	200	3,75	5,10	16,94	128,70	0,13	0,06	2,13	29,5	7,26	89,31	59,24	2,00
2018Г														
501 СБ	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
2013Г.														
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01						
2013														
589 СБ	ПРЯНИК,	шт	1,76	13,77	28,13	243,45	0,02	0,01		2,7	3,60	18,90	2,70	0,27
2013														
Итого по подменю:			15,77	29,34	79,98	444,27	0,24	0,23						

Итого по подменю:

Заёмрак №2

157 СБ	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	3,00	0,12	4,98	33,00	0,20	0,11	15,00	15,60	67,20	22,80	0,42
2018Г.	ОТВАРНЫЕ/ЗЕЛ.ГОР(СБ2018).												
372 СБ	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,5	73,15	187,75	25,12
2018Г	ПРИПУЩЕННЫЕ (СБ2018).												1,55
202 СБ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	9,22	7,36	41,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4	28,92	221,16	146,61
2018Г	РАССЫЛЧУАТАЯ(СБ2018)												5,00
501 СБ	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
2013Г.													0,13
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80
2013													0,22
Итого по подменю:		31	71	24	60	81	26	57	51	3	23		

Итого по подменю:

Заявка №3/ОВД

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
372 СБ 2018г	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУШЕННЫЕ (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
202 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018)	150	9,22	7,36	41,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4	28,92	221,16	146,61	5,00
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

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
							ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
			Б	Ж	У										
			33,29	24,64	89,68	717,99		0,69	0,60	23,67	95,9	242,57	587,31	213,53	7,72

Обед №1

17 СБ	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
2018Г															
129 СБ	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
2018Г															
348 СБ	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	13,12	14,58	8,36	217,73		0,07	0,10	2,88		18,59	143,72	19,74	2,08
2018Г	ПАРОВЫЕ(СБ2018).														
115 СБ	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	9,63	9,66	32,56	255,95		0,19	0,09	0,69	39,5	12,74	227,39	67,20	1,95
2013Г.															
486 СБ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ	200	0,08	0,08	11,95	48,81		0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,47
2018Г	ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)											4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40		0,02	0,01						
2013															
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24		0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
2013															
Итого по подменю:			43,81	41,63	101,57	960,66		0,43	0,37	18,53	51,9	102,85	602,30	137,96	8,97

Обед №2/ОВД

47 СБ	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
2018Г															
154 СБ	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С	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
2013Г.	КРУПОЙ/СМЕТАНОЙ														
348 СБ	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	13,12	14,58	8,36	217,73		0,07	0,10	2,88		18,59	143,72	19,74	2,08
2018Г	ПАРОВЫЕ(СБ2018).														
380 СБ	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
2018															
486 СБ	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ	200	0,08	0,08	11,95	48,81		0,01		2,08		3,58	2,24	1,82	0,47
2018Г	ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)														
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ.,	60	4,74	0,36	26,76	132,72		0,07	0,02			13,80	63,60	15,00	1,86
2013															
Итого по подменю:			35,87	37,68	79,81	799,02		0,38	0,38	113,38	50,1	202,13	484,00	123,43	9,58

Полдник

543 СБ	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
2018Г															
516 СБ	СНЕЖОК	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
2013															
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. 175,10 172,34 498,75 4253,07 2,65 2,67 184,19 515,2 1206,18 2836,56 817,00 37,97

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

СанГин Таблица 4		Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)		20,48	37,14	23,84	27,42
Обед (30 - 35 %)		56,90	52,70	30,32	40,88
Полдник (10 %)		19,03	18,29	19,84	19,34
Итого за день (60 - 70 %)		96,40	108,13	74,00	87,63

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,2:3,3

Директор

Кудинова Т.Л.

Зав. производ.

Бедершиной

Калькулятор

Терещенко И.С.

Терещенко И.С.

ООО "Вкус и Качество"

"Согласовано"

День 5

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.																
N рел.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	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		
221 СБ 2018г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (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		
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 подменю:			20,70	18,45	82,53	770,64	0,83	0,97	3,95	233,2	70,84	229,69	112,00	4,97		

Итого по подменю:

20,70 18,45 82,53 576,54 0,30 0,47 16,95 134,2 281,92 454,13 74,59 3,56

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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ (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 Г140	ШТ	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22	
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 подменю:

19,56 20,45 90,58 565,12 0,42 0,37 23,76 136,3 231,80 427,71 103,58 6,25

Завтрак №3/ОВД

75 СБ 2018г	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙТОРЦИЯ (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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ(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 Г140	ШТ	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22	

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:			17,33	14,04	79,00	457,50	0,33	0,29	23,38	71,7	184,42	311,88	84,43	5,93			

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 подменю:			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 подменю:			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	ШАНЕХКА 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	200			23,00	92,00		0,02	0,04	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80
Итого по подменю:			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. 133,09 124,04 523,49 3635,50 2,19 2,13 133,52 554,1 1072,73 2365,45 541,59 36,95

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	26,88	23,35	24,64	24,53
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 %)	78,39	74,23	77,15	76,81

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:4,3

Директор

/Кудина Т.Д./

Зав. производ

Вегериякова

Калькулятор

Терещенко И.С./

День 6

ООО "Бкис и Качество"

"Согласовано"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г	Питание в детском саду
--	------------------------

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.														
№ п/п.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	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 "ТЕРКУПЕС"ВЯЗКАЯ(СБ2018)	200	8,68	9,63	37,75	273,11	1,22	1,07	7,15	257,5	783,97	1228,89	363,67	8,71
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						
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
Итого по полднику:			13,70	15,58	86,62	542,84	1,33	1,19	38,40	207,0	200,0	200,0	200,0	200,0
Завтрак №2			13,70	15,58	86,62	542,84	1,33	1,19	38,40	207,0	200,0	200,0	200,0	200,0

[illegible][illegible]

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
			19,56	23,16	36,44	434,13	0,23	0,25	88,83	84,4	134,61	264,61	78,63	4,64
Итого по подменю:														
Обед №1														
6 СБ 018Г	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
35 СБ 018Г	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
33 СБ 018Г	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
02 СБ 013г.	КАРТОФЕЛЬ,ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,72	12,06	19,10	176,39	0,14	0,12	20,84	81,9	45,37	97,34	28,32	1,08
196 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: 35,90 39,35 103,07 891,72 0,39 0,50 259,66 144,5 190,34 476,50 115,75 7,57														

Итого по подменю:														
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	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
202 СБ 2018г	ТОМАТОМ/ИНДЕЙКА(СБ2018)	150	3,72	12,06	19,10	176,39	0,14	0,12	20,84	81,9	45,37	97,34	28,32	1,08
2013г.	КАРТОФЕЛЬ,ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60
496 СБ 2018г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА/ОВД(СБ2018)	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
109 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.													
			37,99	46,84	83,11	884,75	0,39	0,59	249,55	166,8	200,63	513,11	118,90	7,76

Итого по подменю:																										
37,99	46,84	0,11	0,05	0,05	0,12	406,33	58,88	15,87	7,00	100																
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 подменю:															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. 143,29 167,24 453,26 3857,36 2,72 2,98 725,77 889,5 1681,18 2981,16 803,71 35,60

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	17,79	19,72	25,86	23,10
Обед (30 - 35 %)	46,62	49,81	30,77	37,95
Полдник (10 %)	19,48	23,89	26,11	24,67
Итого за день (60 - 70 %)	83,90	93,42	82,74	85,71

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

Директор Кудинова Т.Л.

Зав. производ.

Березинская

Калькулятор

Терещенко И.С.

Терещенко И.С. /

День 7

ООО "Вкус и Качество"

"Согласовано"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

Примерное меню /-10 лет осенне-зимний период 2022г.															
N п/п.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак №1															
267 СБ 2018Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (СБ2018)	ШТ	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,0	47,72	118,20	8,08	1,62	
217 СБ 2018Г	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)	200	6,17	7,72	37,15	243,58	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08	
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 подменю:

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	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,0	47,72	118,20	8,08	1,62		
217 СБ 2018Г	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018)	200	6,17	7,72	37,15	243,58	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08		
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 подменю:

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 РЧНЕВАЯ 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 подменю:

Обед №1

15,97 23,31 75,84 581,62 0,26 0,39 9,24 158,1 299,39 390,56 73,83 4,01

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
СБ 018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)	60	1,58	3,70	9,04	76,48	0,05	0,06	25,23		39,36	45,28	28,51	0,70		
СБ 017Г	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		
СБ 018Г	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		
СБ 017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЬИХ/ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65		
СБ 013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22		
СБ 013	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:

Обед №2/ОВД														
СБ 2018Г	САПАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ/ОВД.	60	0,83	4,26	2,33	51,02	0,02	0,02	18,00		22,52	19,32	10,20	0,34
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
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
СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУЩЕНЬИХ/ИЗЮМ/ОВД	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
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 подменю:			44,86	49,87	98,99	1022,79	0,55	0,51	65,77	63,6	131,22	577,21	137,02	8,22

Итого по подменю:

Полдник														
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
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 подменю:			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 по подменю:

Итого за день: 0,00 руб. 155,91 180,12 520,26 4330,53 2,09 2,82 157,98 873,5 1217,77 2583,59 581,02 31,18

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	26,53	22,63	21,38	22,66
Обед (30 - 35 %)	61,29	62,87	34,75	46,87
Полдник (10 %)	8,92	11,46	25,27	19,04
Итого за день (60 - 70 %)	96,74	96,96	81,41	88,58

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

Директор Кудинова Т.Л.

Зав. производ.

Ведерникова

Калькулятор

Терещенко И.С.

ООО "Вкус и Качество"

"Согласовано"

День 8

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

N рел. Наименование блюда

Выход

Пищевые вещества, г
Б Ж У ккал

Витамины, мг
В1 В2 С А, мкг

Минеральные вещества, мг
Са Р 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	150	15,23	9,81	19,92	216,25	0,11	0,26	5,28	65,6	148,72	209,78	54,52	1,07
481 СБ 2013г.	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ(ТОРЦ)	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 подменю:

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
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
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
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 подменю:

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
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:

Обед №1

15,07 12,48 48,15 366,99 0,21 0,25 4,30 71,7 163,92 308,26 58,81 3,89

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г				Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	B1		B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe			
22 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК(СБ2018)	60	0,56	3,71	4,51	54,18	0,03	0,03	3,84		13,21	22,71	15,92	0,70			
17 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			
56 СБ 2018Г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ (СБ2018).	90	19,41	12,74	6,87	206,33	0,32	2,33	34,82	886,7	28,16	343,20	20,87	7,34			
234 СБ 2018Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)	150	4,34	11,59	31,91	249,92	0,21	0,07	6,17		27,19	198,65	69,48	1,73			
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			

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
356 СБ 2018Г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ (СБ2018).	90	19,41	12,74	6,87	206,33	0,32	2,33	34,82	886,7	28,16	343,20	20,87	7,34
234 СБ 2018Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)	150	4,34	11,59	31,91	249,92	0,21	0,07	6,17		27,19	198,65	69,48	1,73
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:			40,12	41,46	103,23	929,09	0,99	2,86	64,86	896,7	136,06	748,91	143,56	12,70

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
546 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:			12,87	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. 165,80 152,64 471,77 3874,14 2,59 6,82 150,70 2312,9 1085,87 2995,77 567,52 37,80

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

СанПиН Таблица 4		Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)		33,68	24,94	20,08	22,74
Обед (30 - 35 %)		53,40	50,77	33,80	40,94
Полдник (10 %)		16,71	24,37	20,23	21,09
Итого за день (60 - 70 %)		103,79	100,08	74,11	84,77

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

Директор  /Кудина Т.Л./

Зав. производ  Бевершинова

Калькулятор  Терещенко И.С./

ООО "Вкус и Качество"

"Согласовано"

День 9

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.										
№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг
			Б	Ж	У		В1	В2	С	
№ п/п										

Застрап №1

573 СБ 2013 г	"ТРЕВЕШОК" ИЗ ПРОЖЕВОГО 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
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
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 подменю:			18,10	15,96	113,92	674,02	1,21	1,47	9,87	394,2	1178,31	1767,74	266,30	7,58

Застрап №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
213 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	150	4,90	5,67	16,16	135,78	0,12	0,16	2,53	36,8	92,03	131,83	54,52	1,57
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 подменю:			24,94	22,99	78,49	625,28	0,31	0,44	9,65	62,1	250,84	435,90	119,28	5,17

Застрап №3/ОВД

1 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ/ОВД (СБ2018)	60	1,58	3,70	6,04	64,51	0,05	0,06	25,23		39,27	45,28	28,51	0,69
367 СБ 2013г	ГУЛЫШ 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
213 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ/ОВД(СБ2018)	150	2,82	3,87	12,71	96,90	0,10	0,05	1,60	22,4	5,63	67,03	44,44	1,50
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

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe			
Итого по подменю:																	
148 СБ	ОВОЩИ	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30			
2018г	НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы(СБ2018)																
98 СБ	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			
2018г																	
307 СБ	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			
2018г																	
377 СБ	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			
2018г																	
495 СБ	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			
2018г																	
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
2013																	
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			
2013																	
Итого по подменю:																	

Обед №2/ОВД																
106 СБ	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	
2013г.																
98 СБ	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	
2018г.																
307 СБ	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	
2018г.																
377 СБ	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	
2018г.																
495 СБ	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	
2018г.																
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48		0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62	
2013																
Итого по подменю:			30,58	25,22	78,54	661,49		0,40	0,42	45,89	108,8	185,24	480,83	126,56	6,61	

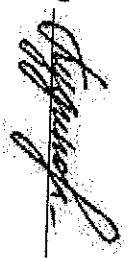
Полдник																
545 СБ	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(СБ2018)	100	8,02	6,60	58,30	324,64		0,13	0,05		41,6	20,70	74,05	12,41	1,05	
2018г.																
501 СБ	СОК ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНЫЙ	200			23,00	92,00		0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	
2018г.																
Итого по подменю:			8,02	6,60	81,30	416,64		0,15	0,09	4,00	41,6	34,70	88,05	20,41	3,85	

Итого за день: 0,00 руб. 139,56 123,81 497,29 3669,05 2,76 3,25 145,78 758,1 2030,21 3651,07 775,26 35,38

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	23,51	20,20	34,01	28,68
Обед (30 - 35 %)	41,77	32,18	29,86	32,19
Полдник (10 %)	10,42	8,35	24,27	17,73
Итого за день (60 - 70 %)	75,69	60,73	88,14	78,61

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,8:5,1

Директор  /Кудина Т.Л./

Зав. производ.

 /Бегерина

Калькулятор



Терещенко И.С. /

День 10

"Согласовано"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

День 10

64 СБ	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ/2-й	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
2018Г	ВАР(СБ2018)													
269 СБ	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С	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
2013г.	ЯЕЛОКАМИ).													
462 СБ	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й	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
2018Г	ВАРИАНТ(СБ2018)													
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
2013														
589 СБ	ПРЯНИК,	шт	1,76	13,77	28,13	243,45	0,02	0,01		2,7	3,60	18,90	2,70	0,27
2013														
Итого по подменю:		20,34	37,28	100,03	810,37	0,33	0,45	5,83						

Итого по подменю:

Загвар №2

1 СБ	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,58	3,70	9,04	76,48	0,05	0,06	25,23	39,36	45,28	28,51	0,70
2018Г	(СБ2018)												
412 СБ	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПЫШЕННЫЕ,	90	14,51	13,66	9,08	218,51	0,09	0,14	1,64	46,7	55,09	142,10	19,14
2013Г.													1,20
256 СБ	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,54	6,19	36,01	221,91	0,09	0,03	39,5	20,06	47,59	8,73	0,91
2018Г	(СБ2018)												
457 СБ	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10	10,10	8,25	4,40	0,85
2018Г													
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22
2013													
Итого по подменю:		24,79	23,95	83,22	651,47	0,35	0,21						

Итого по подменю:

Заемщик №3/ОБД

106 СБ 2013г.	ОВОШИ 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
266 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
457 СБ 2018г	ЧАЙОБД (СБ2018)	200			0,07	0,27			0,10					
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

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
Итого по подменю:															
			22,79	20,84	57,69	511,97	0,27	0,24	17,22	80,0	116,01	280,39	55,25	4,44	
Обед №1															
32 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,64	70,13	0,02	0,06	8,85	17,7	40,59	83,62	23,28	1,31	
135 СБ 2018г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)	200	10,29	8,05	10,66	156,94	0,09	0,15	15,39	29,6	68,03	141,65	31,79	1,73	
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	
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	

[illegible]

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	БИФИДОК	200	6,80	5,00	11,00	116,20	0,48	0,40	1,40	40,0	216,00	188,00	32,00	0,20
2013						470,42	0,62	0,48	1,40	108,7	238,82	272,47	45,41	1,37

Итого за день: 0,00 руб. 164,83 169,26 495,29 4171,61 4,44 3,41 114,11 1115,8 1213,82 5067,89 1301,11 50,97

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	26,42	47,19	29,86	34,48
Обед (30 - 35 %)	53,81	46,18	29,02	37,76
Полдник (10 %)	19,03	18,29	19,84	19,34
Итого за день (60 - 70 %)	99,25	111,66	78,71	91,58

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:3,5

Директор Судаченко /Кудинова Т.Л./

Зав. производ.

Судаченко /Бегемишкова

Калькулятор

Судаченко

Терещенко И.С. /

День 11

ООО "Вкус и Качество"

Примерное меню 7-10 лет осенне-зимний период 2022г.

"Согласовано"

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	

Завтрак №1

157 СБ	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	3,00	0,12	4,98	33,00	0,20	0,11	15,00		15,60	67,20	22,80	0,42	
2018г.	ОТВАРНЫЕ/ЗЕЛ.ГОР(СБ2018г).														
261 СБ	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	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	
2018г.	ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018г),														
460 СБ	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	
2018г.															
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
2013															

Итого по подменю:

Завтрак №2

267/157	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	
СБ2018г.															
261 СБ	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	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	
2018г.	ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ(СБ2018г),														
460 СБ	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	
2018г.															
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
2013															

Итого по подменю:

Завтрак №3/ОВД

75 СБ	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ/ТОРЦИЯ	20	5,12	5,22		67,46	0,04	0,07	23,0	9,00	59,00	5,00	0,09		
2018г.	(СБ2018)														
268 СБ	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	
2018г.															
460 СБ	ЧАЙ С МОЛОКОМ/ОВА(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	
2018г.															
109 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62	
2013															
112 СБ	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	
2013г.															

Итого по подменю:

Обед №1

66 СБ	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	60	1,06	3,18	7,24	62,08	0,05	0,04	10,65		16,24	32,42	14,24	0,96	
2013г.	СОПЕН.ОГУРЦАМИ														
			23,46	22,35	22,59	390,30	0,20	0,69	39,63	295,5	251,34	399,35	53,33	4,27	

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
6 СБ 018Г	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		
21 СБ 018Г	МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА(СБ2021)	90	10,76	28,50	2,50	309,59	0,39	0,11	2,16		18,11	128,26	182,39	1,46		
102 СБ 018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	9,22	7,36	41,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4	28,92	221,16	146,61	5,00		
194 СБ 018Г	РАССЫПЧАТАЯ(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	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/КУРАГИ (СБ2018)	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 ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ.															
			36,75	48,97	108,73	1021,46	0,88	0,47	29,63	43,4	145,37	569,98	400,90	11,04		

Итого по подменю:

Обед №2/ОВД																
3 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ БАКАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ(СБ2018)	60	0,65	6,12	3,79	72,85	0,03	0,03	26,99		30,92	20,43	11,77	1,19		
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 2018г	МЯСО ТУШЕНОЕ/СВИНИНА(СБ2021)	90	10,76	28,50	2,50	309,59	0,39	0,11	2,16		18,11	128,26	182,39	1,46		
202 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	9,22	7,36	41,67	269,76	0,31	0,15	5,25	35,4	28,92	221,16	146,61	5,00		
494 СБ 2018г	РАССЫПЧАТАЯ(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	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/КУРАГИ ОВД(СБ2018)	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ.															
Итого по подменю:			35,64	51,76	104,43	1024,64	0,86	0,48	46,65	43,4	183,25	569,81	413,48	11,59		

Итого по подменю:

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	200			23,00	92,00	0,02	0,04	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80		
	ФРУКТОВЫЙ/ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДН															
Итого по подменю:			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 по подменю:

Итого за день: 0,00 руб. 136,08 173,66 458,41 3945,11 2,77 2,39 156,41 717,7 892,56 2149,02 996,62 37,36

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

СанПиН Таблица 4		Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)		21,01	24,99	24,67	24,43
Обед (30 - 35 %)		47,69	61,96	32,32	43,38
Полдник (10 %)		7,18	9,75	17,79	14,01
Итого за день (60 - 70 %)		75,88	96,70	74,77	81,83

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

Директор Кудинова Т.Л.

Зав. производ.

Бегершнев

Калькулятор

Терещенко И.С.

Терещенко И.С. /

"Согласовано"

11

N пед.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак №1																
69 СБ	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 1	20/15	1,66	12,58	9,64	159,36	0,02	0,02		88,5	5,80	15,85	2,80	0,25		
2018Г	ВАРИАНТ(СБ2018)															
320 СБ	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО	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		
2013г.	СГ.МОЛОКОМ.(СБ2018)															
464 СБ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	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		
2018Г	МОЛОКОМ(СБ2018)															
588 СБ	ВАФЛИ,	2 шт														
2013																
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01								
2013																
Итого по подменю:			42,42	25,83	87,19	710,68	0,18	0,55	1,74	164,8	425,68	525,02	62,88	0,22		
Завтрак №2																

Итого по подменю:

Заемрак №2

[illegible]

Итого по подмёну:

Заявка №3/ОБ/П

[illegible]

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe			
Итого по подменю:																	
			10,59	21,80	61,71	431,51	0,23	0,32	9,09	148,4	224,76	271,13	72,08	4,88			
Обед №1																	
СБ 018г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	60	2,09	3,89	12,56	94,56	0,08	0,04	15,36		47,38	80,61	25,01	1,72			
СБ 018г	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			
СБ 013г	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			
СБ 018г	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			
СБ 017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ(ХИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65			
СБ 013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
СБ 009	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	
СБ 2013																	

Итого по подменю:														
Обед №2/ОВД														
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	60	2,09	3,89	12,56	94,56	0,08	0,04	15,36		47,38	80,61	25,01	1,72
108 СБ 2018Г	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ(С КРУПКОЙ)(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(ГОРБУША), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	13,98	9,45	4,53	159,08	0,15	0,13	6,74	18,3	27,95	151,03	31,09	0,82
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
			28,54	24,91	103,84	758,67	0,58	0,47	93,24	62,9	183,87	467,56	151,17	7,24
Итого по подменю:														

Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														
Итого по подменю:														

Итого по подменю:														
102,2			102,2			102,2			102,2			102,2		
16,97			16,97			16,97			16,97			16,97		
63,29			63,29			63,29			63,29			63,29		
10,98			10,98			10,98			10,98			10,98		
28,00			28,00			28,00			28,00			28,00		
180,00			180,00			180,00			180,00			180,00		
40,0			40,0			40,0			40,0			40,0		
1,40			1,40			1,40			1,40			1,40		
0,34			0,34			0,34			0,34			0,34		
0,08			0,08			0,08			0,08			0,08		
100,20			100,20			100,20			100,20			100,20		
8,00			8,00			8,00			8,00			8,00		
5,00			5,00			5,00			5,00			5,00		
12,80			20,87			66,88			506,53			0,20		
1,40			1,40			1,40			1,40			1,40		
0,39			0,39			0,39			0,39			0,39		
142,2			142,2			142,2			142,2			142,2		
256,97			256,97			256,97			256,97			256,97		
243,29			243,29			243,29			243,29			243,29		
38,98			38,98			38,98			38,98			38,98		
1,10			1,10			1,10			1,10			1,10		

Итого за день: 0,00 руб. 160,47 140,01 526,02 3887,78 1,93 2,70 210,12 726,2 1721,58 2491,87 563,47 26,36

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

СанПиН Таблица 4				
Завтрак (20 - 25 %)	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Обед (30 - 35 %)	55,09	32,70	26,03	30,24
Полдник (10 %)	35,69	27,57	34,02	32,68
	16,62	26,42	19,96	21,55
Итого за день (60 - 70 %)	107,40	86,68	80,01	84,47

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,2

Директор Кудимова Т.Л.

Зав. производ.

Бегерников

Калькулятор

Терещенко И.С.