

СОГЛАСОВАНО:

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Россия Краснодарский край

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

период осень

20__г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20

2021 г.

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 до 18 лет

Сезон :

О С Е Н Ъ 20__ год.

1-я неделя

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептов |
|--------------------------|--------------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 1 -я День 1 -й | Борщ с картофелем и св/капусты | 250 | 2,875 | 5,06 | 17,163 | 125,69 | 2 | 82/11 |
| | макароны / кукуруза | 120 / 60 | 4,366 | 4,629 | 28,366 | 172,59 | 22 | 203 /11 |
| | отварная консервированная | | 1,727 | 1,475 | 3,29 | 33,33 | | 133/11 |
| | Печень по-строгановски | 120 | 17,012 | 16,92 | 18,32 | 293,61 | 13 | 255/11 |
| | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1 | 0 | 20,92 | 87,68 | 38 | 389/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 29 | Пром.пр. |
| итого за обед | | | 32,81 | 29,159 | 137,901 | 945,28 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 860 | |

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептов |
|--------------------------|--------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 1 -я День 2 -й | Суп с крупой | 250 | 4,488 | 7,25 | 19,72 | 162,08 | 3 | 115/11 |
| | Шницель рыбный (минтай) | 100 /20 | 11,950 | 9,93 | 10,285 | 178,32 | 19 | 235/11 |
| | картофель пюре / горошек | 115 / 65 | 2,376 | 7,020 | 13,79 | 127,84 | 24 | 128-131/11 |
| | овощной отварной | | 2,012 | 2,309 | 3,72 | 43,71 | | /11 |
| | Кофейный напиток | 200 | 4,5 | 3,7 | 19,6 | 129,70 | 35 | 379/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 29 | Пром.пр. |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 48,84 | 33 | 338/11 |
| итого за обед | | | 31,596 | 31,73 | 127,74 | 922,87 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 970 | |

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептов |
|--------------------------|--|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 1 -я День 3 -й | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,385 | 5,078 | 13,15 | 107,84 | 4 | 111/11 |
| | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 210 / 40 | 29,288 | 25,2 | 65 | 603,95 | 28 | 223 /11 |
| | молоко кипячёное | 200 | 5,8 | 5 | 9,6 | 106,60 | 37 | 385/11 |
| | Кондитерские изделия (печенье) | 35 | 1,0543 | 0,436 | 10 | 48,14 | 31 | Пром.пр. |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 2,55 | 0,425 | 23,646 | 108,61 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 30 | 1,695 | 0,36 | 12,555 | 60,24 | 29 | Пром.пр. |
| итого за обед | | | 42,7723 | 36,5 | 133,951 | 1035,38 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 815 | |

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептов |
|--------------------------|-----------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 1 -я День 4 -й | Суп картофельный с горохом | 250 | 7,49 | 7,01 | 24,22 | 189,93 | 5 | 102 /11 |
| | овощи свежие (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,78 | 26 | 71 /11 |
| | Жаркое по - дормашнему | 200 | 16,514 | 23,674 | 18,949 | 354,92 | 14 | 259/11 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,662 | 0,09 | 32,014 | 131,51 | 34 | 349/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 50 | 2,825 | 0,6 | 20,925 | 100,40 | 29 | Пром.пр. |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,29 | 46,62 | 33 | 338/11 |
| итого за обед | | | 31,901 | 32,449 | 140,643 | 982,22 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 935 | |

1-я неделя

Сезон : О С Е Н Ъ 20__ год.

Возрастная категория: с 12 до 18 лет

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|--------------------------------|-------------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 1 -я День 5 -й | Щи из св/капусты с картофелем | 250 | 4,883 | 6,213 | 8,265 | 108,51 | 6 | 88/11 |
| | Котлета рубленая из птицы | 100 / 20 | 11,516 | 17,451 | 15,024 | 263,22 | 20 | 294/11 |
| | Каша пшеничная / | 100 / 80 | 4,275 | 5,744 | 24,519 | 166,87 | 23 | 171-75 / |
| | / Икра свекольная | | 1,896 | 0,082 | 18,30 | 81,51 | | / 11 |
| | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1 | 0 | 20,92 | 87,68 | 38 | 389/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 29 | Пром.пр. |
| Фрукты свежие (яблоко) | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 48,84 | 33 | 338/11 | |
| итого за обед | | | 29,84 | 31,01 | 147,65 | 989,01 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 970 | |

2-я неделя

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|--------------------------------|--------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я День 6 -й | Свекольник | 250 | 5,0613 | 9,388 | 18,163 | 177,39 | 7 | 83/11 |
| | Овощи свежие (помидор) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 12,84 | 26 | 71 /11 |
| | Плов с говядиной | 200 | 12,52 | 20,878 | 32,111 | 366,43 | 16 | 265/11 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60,46 | 39 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 50 | 2,825 | 0,6 | 20,925 | 100,40 | 29 | Пром.пр. |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,29 | 46,62 | 33 | 338/11 |
| итого за обед | | | 25,1263 | 32,0 | 131,874 | 916,19 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 935 | |

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|--------------------------------|--------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я День 7 -й | Суп из овощей | 250 | 5,588 | 5,988 | 9,178 | 112,96 | 8 | 99/11 |
| | Тефтели рыбные (минтай) | 100/20 | 9,905 | 10,66 | 14,115 | 192,02 | 18 | 239/11 |
| | Картофельное пюре / | 105 / 75 | 2,17 | 6,410 | 12,6 | 116,77 | 25 | 128-73 |
| | / икра кабачковая | | 2,048 | 5,39 | 10,91 | 100,34 | | / 11 |
| | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1 | 0 | 20,92 | 87,68 | 38 | 389/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 50 | 2,825 | 0,6 | 20,925 | 100,40 | 29 | Пром.пр. |
| Фрукты свежие (яблоко) | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 48,84 | 33 | 338/11 | |
| итого за обед | | | 27,55 | 30,083 | 132,532 | 911 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 980 | |

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|--------------------------------|------------------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я День 8 -й | Суп с рыбными фрикадельками | 250 | 6,195 | 2,780 | 15,69 | 112,56 | 9 | 117/11 |
| | Лакомка с помидоркой в омлете | 210 | 17,765 | 23,664 | 3,81 | 299,28 | 21 | 173/11 |
| | кукуруза отварная (консервирован.) | 50 | 1,439 | 1,229 | 2,739 | 27,77 | 27 | 133/11 |
| | Кофейный напиток | 200 | 4,5 | 3,7 | 19,6 | 129,70 | 35 | 379/11 |
| | Кондитерские изделия (печенье) | 27 | 1,139 | 0,471 | 10,8 | 52,00 | 31 | Пром.пр. |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 29 | Пром.пр. |
| итого за обед | | | 36,868 | 32,92 | 102,484 | 853,68 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 847 | |

Возрастная категория: с 12 до 18 лет

2я неделя

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|------------------------------------|--------------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я День 9 -й | Суп картофельный с клёцками | 250 | 6,967 | 5,855 | 13,5 | 134,56 | 10 | 108-109/11 |
| | овощи свежие (огурец) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,78 | 26 | 71 /11 |
| | Запеканка картофельная с мясом | 165 / 35 | 17,029 | 25,13 | 34,52 | 432,35 | 15 | 284/11 |
| | Кисель ассорти фруктовое | 200 | 0,31 | 0 | 33,400 | 134,84 | 41 | 359/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 29 | Пром.пр. |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 105 | 0,42 | 0,42 | 10,29 | 46,62 | 33 | 338/11 |
| итого за обед | | | 30,976 | 32,5 | 142,69 | 987,5 | суммарный объём | |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 925 | |

| приём пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сборнику рецептур |
|-------------------------------------|-----------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|------------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| неделя 2 -я День 10 -й | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,985 | 5,078 | 13,15 | 110,24 | 12 | 113/11 |
| | Каша молочная (рисовая) | 210 | 5,993 | 14,721 | 40,082 | 316,79 | 1 | 182/11 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,8 | 3 | 23 | 134,20 | 36 | 382/11 |
| | Бутерброд с сыром | 75 | 6,953 | 9,734 | 16,956 | 183,24 | 32 | 3-434/11 |
| | Хлеб пшеничный | 70 | 3,57 | 0,595 | 33,105 | 152,06 | 30 | Пром.пр. |
| | Хлеб ржанной | 40 | 2,26 | 0,48 | 16,74 | 80,32 | 29 | Пром.пр. |
| | итого за обед | | | 25,561 | 33,608 | 143,033 | 976,8 | суммарный объём |
| Норма по СанПин | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | порций гр. 845 | |

| Возрастная категория: с 12 до 18 лет меню обеда 10-тидневка | | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Отклонение от нормы в % (+ / -) | |
|--|---------------------|-----|------------------------|--------|------------|-------------------------|---------------------------------|--------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | | |
| Итого за день по СанПиН | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | белки | 0,003 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | жиры | -0,007 |
| 7-11 л | О Б Е Д 35 % | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,0 | углеводы | -0,002 |
| Среднее за 10 дней (фактически) | | | 31,500 | 32,201 | 134,050 | 952,01 | энерг-я ценность | -0,057 |

Ответственный за разработку меню инженер-технолог _____ /Ткаченко А.Н./

Литература:

- 1 САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ, УЧРЕЖДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОГО И СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ СанПиН 2.3/2.4.3590 - 20
- 2 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ ПИТАНИЯ РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.

Россия Краснодарский край
КОМПАНОВКА 10 - ТИДНЕВНОГО ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ О Б Е Д Ы

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

возрастная категория: 12-18 лет

1 - я неделя

1-й день

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. |
|--------------------|---|-----------------|
| 82/11 | Борщ с картоф. и св. капуст. | 250 |
| 203-133 /11 | макароны /кукуруза отварная консервированная | 120/60 |
| 255/11 | Печень по- строгановски | 94/26 |
| 389/11 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 |

1 - я неделя

2-й день

| | | |
|----------|--------------------------|--------|
| 115/11 | Суп с крупой | 250 |
| 235/11 | Шницель рыбный (минтай) | 100/20 |
| 128/11 | картофель пюре / горошек | 115/65 |
| 131/11 | овощной отварной | |
| 379/11 | Кофейный напиток | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 |
| 338 / 11 | Фрукты (яблоко) | 110 |

1 - я неделя

3-й день

| | | |
|----------|---|--------|
| 111/11 | Суп с макаронными изделиями | 250 |
| 223/11 | запеканка из творога с молоком сгущённым | 210/40 |
| 385/11 | Молоко кипячёное | 200 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (печенье) | 25 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 50 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 |

1 - я неделя

4-й день

| | | |
|----------|--------------------------|--------|
| 102/11 | Суп картоф. с горохом | 250 |
| 71 /11 | овощи свежие (огурец) | 60 |
| 259/11 | Жаркое по - дормашнему | 60/140 |
| 349/11 | Компот из смеси с/фрукт | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 |
| 338 / 11 | Фрукты свежие (яблоко) | 105 |

1 - я неделя

5-й день

| | | |
|----------------|----------------------------------|--------|
| 88/11 | Щи из св/ капусты с карт | 250 |
| 294/11 | Котлета рубленая из птицы | 100/20 |
| 171-75 / 11 | каша пшённая/ икра свекольная | 100/80 |
| 389/11 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 |
| 338 / 11 | Фрукты (яблоко) | 110 |

2 - я неделя

6-й день

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. |
|--------------------|------------------------|-----------------|
| 83/11 | Свекольник | 250 |
| 71 /11 | Овощи свежие (помидор) | 60 |
| 265/11 | Плов с говядиной | 65/135 |
| 376/11 | чай с сахаром | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 |
| 338 / 11 | Фрукты (яблоко) | 105 |

2 - я неделя

7-й день

| | | |
|----------------|--|--------|
| 99 / 11 | Суп из овощей | 250 |
| 239/11 | Тефтели рыбные (минтай) | 100/20 |
| 128-73 / 11 | Картофельное пюре/ /икра кабачковая | 105/75 |
| 389/11 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 |
| 338 / 11 | Фрукты свежие (яблоко) | 110 |

2 - я неделя

8-й день

| | | |
|----------|-----------------------------------|--------|
| 117/11 | Суп с рыбными фрикадельками | 170/80 |
| 173/11 | Лакомка с помид.в омлете | 210 |
| 133/11 | кукуруза отварн. консервированная | 50 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (печенье) | 27 |
| 379/11 | Кофейный напиток | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 |

2 - я неделя

9-й день

| | | |
|------------|-----------------------------------|--------|
| 108-109/11 | Суп картофельный с клёцками | 250 |
| 71 /11 | овощи свежие (огурец) | 60 |
| 284/11 | Запеканка картофельная с мясом | 165/35 |
| 352/11 | Кисель ассорти фруктовое | 200 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 |
| 338/11 | Фрукты свежие (яблоко) | 105 |

2 - я неделя

10-й день

| | | |
|----------|-----------------------------|-----|
| 113/11 | Суп с макаронными изделиями | 250 |
| 182/11 | Каша молочная (рисовая) | 250 |
| 382 /11 | Какао с молоком | 200 |
| 3-434/11 | Бутерброд с сыром | 75 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 |

возрастная категория: 12-18 лет

1я-неделя

35%

ОСЕНЬ

| Сборник рецеп № | Наименование блюд 1-й день | Выход 1-п/г. | норма закладки продуктов в гр на 1 порцию | | | | | | | | |
|--------------------|--|-----------------|---|--------|-------|------------------------|---------|---------|---------------------|--------|-------|
| | | | Борщ с картофелем со свежей капустой | | | Печень по-строгановски | | | макаронны | | |
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 82/11 | Борщ с картоф. и св. капуст. | 250 | сырьё | брутто | нетто | печень | 168 | 140 | макаронны | 40 | 40 |
| 203-133 /1 | макаронны /кукуруза отварная консервированная | 120/60 | свекла | 50 | 40 | м/сливочное | 5,88 | 5,88 | м/сливочное | 6,06 | 6,06 |
| 255/11 | Печень по- строгановски | 94/26 | капуста б/кач | 25 | 20 | м/растительн | 5,4 | 5,4 | / кукуруза отварная | | |
| 389/11 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | картофель | 26,75 | 20 | Соус: | | | | | |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | морковь | 12,5 | 10 | сметана | 6,13 | 6,13 | | | |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | лук репч. | 12 | 10 | мука пш. | 1,8 | 1,8 | | | |
| | | | м/сливочное | 5 | 5 | вода | 18 | 18 | | | |
| | | | томат пюре | 7,5 | 7,5 | лук репч. | 6,19 | 5,2 | | | |
| | | | сахар | 1,5 | 1,5 | лав лист | 0,00052 | 0,00052 | | | |
| | | | зелень | 2 | 2 | м/сливочное | 0,52 | 0,52 | | | |
| | | | л/лист | 0,01 | 0,01 | соль | 0,26 | 0,26 | | | |
| | | | соль | 1,19 | 1,19 | | | | | | |
| | | | вода | 200 | 200 | | | | | | |

2-й день

| В Т О Р Н И К | | | Суп с крупой | | | Шницель рыбный | | | соус | | |
|----------------------|--------------------------|--------|---------------------|--------|--------|------------------|---------|-------|------------------|--------|-------|
| | | | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 115/11 | Суп с крупой | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 235/11 | Шницель рыбный (минтай) | 100/20 | крупы гречка | 20 | 20 | минтай б/г | 122,67 | 86 | мука пш. | 0,4 | 0,4 |
| 128/11 | картофель пюре / горошек | 115/65 | морковь | 12,5 | 10 | лук репч. | 20 | 18 | вода | 13,15 | 13,15 |
| 131/11 | овощной отварной | | лук репч. | 12 | 10 | зелень | 2 | 2 | томат | 1,06 | 1,06 |
| 379/11 | Кофейный напиток | 200 | м/сливочное | 5 | 5 | молоко | 8 | 8 | сметана | 1,2 | 1,2 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | л/лист | 0,01 | 0,01 | яйца | 0,10шт. | 4 | лук репчат | 1,03 | 0,875 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | соль | 1,1 | 1,1 | сухарь паниро | 12 | 12 | м/слив | 2,3 | 2,3 |
| 338 / 11 | Фрукты (яблоко) | 110 | вода | 250 | 250 | м/растительн | 10 | 10 | морковь | 6,84 | 5,47 |
| | | | картофельное пюре / | | | соль | 0,66 | 0,66 | л/лист | 0,002 | 0,002 |
| | | | сырьё | брутто | нетто | горошек отварной | | | соль | 0,05 | 0,05 |
| | | | картофель | 134,94 | 101,20 | сырьё | брутто | нетто | зелень | 1,15 | 1,15 |
| | | | молоко | 18,4 | 17,3 | консервирова | 100,1 | 65 | Кофейный напиток | | |
| | | | м/слив | 3,45 | 3,45 | | | | сырьё | брутто | нетто |
| | | | | | | | | | Кофейный нап | 3,5 | 3,5 |
| | | | | | | | | | молоко | 200 | 200 |
| | | | | | | | | | сахар | 15 | 15 |
| | | | | | | | | | вода | 20 | 20 |

3-й день

| С Р Е Д А | | | Суп с макаронами | | | запеканка из творога | | | Молоко кипячёное | | |
|------------------|---|--------|------------------|---------|-------|----------------------|--------------|-------|------------------|--------|-------|
| | | | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 111/11 | Суп с макаронными изделиями | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 223/11 | запеканка из творога с молоком сгущённым | 210/40 | макаронны | 20 | 20 | творог | 214,56 | 210 | молоко | 211 | 200 |
| 385/11 | Молоко кипячёное | | 200 | морковь | 12,5 | 10 | крупы манная | 9,78 | 9,78 | | |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (печенье) | 25 | лук репч. | 12 | 10 | сахар песок | 13,0 | 13,0 | | | |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 50 | м/сливочное | 5 | 5 | яйца | 0,163шт. | 6,52 | | | |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | томат | 1,5 | 1,5 | сл/ масло | 6,52 | 6,52 | | | |
| | | | соль | 1,1 | 1,1 | сухарь пан | 6,52 | 6,52 | | | |
| | | | л/лист | 0,01 | 0,01 | сметана | 6,52 | 6,52 | | | |
| | | | вода | 237,7 | 237,7 | молоко сгущ. | 40 | 40 | | | |

возрастная категория: 12-18 лет

4-й день

1я-неделя

35%

ОСЕНЬ

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. | норма закладки продуктов в гр на 1 порцию | | | | | | | | |
|--------------------|--------------------------|-----------------|---|--------|-------|----------------------------------|--------|--------|--------------------------------|--------|-------|
| ЧЕТВЕРГ | | | Суп картофельный с горохом | | | Жаркое по - домашнему | | | овощи свежие | | |
| 102/11 | Суп картоф. с горохом | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 71 /11 | овощи свежие (огурец) | 60 | огурец | | | огурец | | | огурец | 63,12 | 60,00 |
| 259/11 | Жаркое по - домашнему | 60/140 | картофель | 66,75 | 50 | свинина | 104,4 | 88,8 | | | |
| 349/11 | Компот из смеси с/фрукт | 200 | морковь | 12,5 | 10 | картофель | 149,34 | 112,0 | Компот из смеси с/фрукт | | |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | лук репч. | 12 | 10 | лук | 13,44 | 11,2 | сырьё | брутто | нетто |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 | крупа горох | 20 | 20 | томат пюр | 6,72 | 6,72 | сухофрукты | 35 | 35 |
| 338 / 11 | Фрукты свежие (яблоко) | 105 | м/сливочное | 5 | 5 | зелень | 2 | 2 | сахар | 20 | 20 |
| | | | соль | 1,1 | 1,1 | м/растительное | 6,9 | 6,9 | лим/кислота | 0,2 | 0,2 |
| | | | л/лист | 0,01 | 0,01 | лавр /лист | 0,0077 | 0,0077 | вода | 200 | 200 |
| | | | вода | 175 | | соль | 0,68 | 0,68 | | | |

5-й день

| ПЯТНИЦА | | | Щи из свежей капусты с картофелем | | | Котлета рубленая из птицы | | | каша пшённная рассыпчатая | | |
|----------------|-----------------------------------|--------|--|--------|-------|----------------------------------|---------|-------|----------------------------------|--------|-------|
| 88/11 | Щи из св/ капусты с карт | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 294/11 | Котлета рубленая из птицы | 100/20 | капуста б/кач | 64,38 | 51,5 | бедро кур на кост | 132,00 | 74,0 | Крупа пшено | 38 | 38 |
| 171-75 / 11 | каша пшённная/ икра свекольная | 100/80 | картофель | 40 | 30 | хлеб пш. | 18,1 | 18,1 | м/сливочное | 5 | 5 |
| | | | морковь | 12,5 | 10 | молоко | 22 | 22 | вода | 68,4 | 68,4 |
| 389/11 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | лук репч. | 12 | 10 | м/сливочное | 4 | 4 | / икра свекольная | | |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | томат | 2,5 | 2,5 | яйцо | 0,1 шт. | 4 | свекла | 76,56 | 60 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | м/сливочное | 5 | 5 | сухарь паниро | 10 | 10 | лук | 16,64 | 14 |
| 338 / 11 | Фрукты (яблоко) | 110 | соль | 1,1 | 1,1 | м/растительное | 7 | 7 | томат пюре | 20 | 20 |
| | | | л/лист | 0,01 | 0,01 | соус; мука | 0,4 | 0,4 | м/растительн | 6 | 6 |
| | | | зелень | 2 | 2 | вода | 13,15 | 13,15 | сахар | 0,96 | 0,96 |
| | | | вода | 200 | 200 | томат | 1,06 | 1,06 | | | |
| | | | | | | сметана | 1,2 | 1,2 | | | |
| | | | | | | зелень | 2 | 2 | | | |
| | | | | | | лук репчат | 1,04 | 0,865 | | | |
| | | | | | | м/слив | 2,3 | 2,3 | | | |
| | | | | | | морковь | 6,84 | 5,47 | | | |
| | | | | | | соль | 0,05 | 0,05 | | | |
| | | | | | | л/лист | 0,002 | 0,002 | | | |

6-й день

2я-неделя

| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | Свекольник | | | плов с говядиной | | | овощи свежие | | |
|--------------------|------------------------|--------|-------------------|---------|-------|-------------------------|--------|-------|----------------------|--------|-------|
| 83/11 | Свекольник | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 71 /11 | Овощи свежие (помидор) | 60 | свекла | 65 | 50 | говядина | 118,82 | 102,7 | помидор | 70,8 | 60 |
| 265/11 | Плов с говядиной | 65/135 | картоф | 14,24 | 10,68 | крупа рисовая | 45,90 | 45,90 | | | |
| 376/11 | чай с сахаром | 200 | морковь | 10 | 8 | м/растительное | 7 | 7 | | | |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | лук реп | 9,6 | 8 | лук репч | 8,1 | 6,75 | чай с сахаром | | |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 | томат пюре | 2 | 2 | морковь | 13,5 | 10,8 | сырьё | брутто | нетто |
| 338 / 11 | Фрукты (яблоко) | 105 | сахар | 1,2 | 1,2 | томат | 10,8 | 10,8 | чай | 2 | 2 |
| | | | зелень | 2 | 2 | соль | 1 | 1 | вода | 66 | 66 |
| | | | м/сливочное | 5 | 5 | вода | 108 | 108 | сахар | 15 | 15 |
| | | | соль | 1,2 | 1,2 | | | | | | |
| | | | л/лист | 0,01 | 0,01 | | | | вода | 150 | 150 |
| | | | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | яйцо | 0,5 шт. | 20 | | | | | | |
| | | | вода | 200 | | | | | | | |

возрастная категория: 12-18 лет

2я-неделя

35%

ОСЕНЬ

7-й день

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. | норма закладки продуктов в гр на 1 порцию | | | | | | | | |
|--------------------|---|-----------------|---|---------|-------|------------------------|--------|-------|----------------------|--------|-------|
| ВТОРНИК | | | тефтели | | | соус в тефтели | | | Суп из овощей | | |
| 99 / 11 | Суп из овощей | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 239/11 | Тефтели рыбные (минтай) | 100/20 | минтай б/г потрац | 94,37 | 89,5 | мука пш. | 0,4 | 0,4 | горошек зел | 48,3 | 31,5 |
| 128-73 / 11 | Картофельное пюре/ / икра кабачковая | 105/75 | хлеб пш. | 1,9 | 1,9 | вода | 13,15 | 13,15 | картофель | 66,75 | 50 |
| | | | молоко | 11 | 11 | томат | 1,06 | 1,06 | морковь | 12,5 | 10 |
| 389/11 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | лук репч | 11,58 | 9 | сметана | 1,2 | 1,2 | лук репч. | 12 | 10 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | яйцо | 0,07шт. | 2,8 | лук репчат | 1,03 | 0,875 | м/сливочное | 5 | 5 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 | мука | 8 | 8 | м/слив | 2,3 | 2,3 | соль | 1,1 | 1,1 |
| 338 / 11 | Фрукты свежие (яблоко) | 110 | соль | 0,5 | 0,5 | морковь | 6,84 | 5,47 | л/лист | 0,01 | 0,01 |
| | | | м/растительное | 9,99 | 9,99 | л/лист | 0,002 | 0,002 | зелень | 2 | 2 |
| | | | | | | соль | 0,05 | 0,05 | вода | 187,5 | |
| | | | | | | зелень | 1,15 | 1,15 | | | |
| | | | картофель пюре | | | Икра кабачковая | | | | | |
| | | | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| | | | картофель | 123,20 | 92,40 | кабачёк | 100,73 | 80,55 | томат | 8,25 | 8,25 |
| | | | молоко | 16,8 | 15,8 | капуста св. | 20,6 | 16,5 | м/раститель | 3,75 | 3,75 |
| | | | м/слив | 3,15 | 3,15 | лук репчат | 9,83 | 8,25 | | | |

8-й день

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. | норма закладки продуктов в гр на 1 порцию | | | | | | | | |
|--------------------|--------------------------------|-----------------|---|--------|--------|------------------|---------|-------|--|-----------|-------|
| СРЕДА | | | Суп с рыбными фрикадельками | | | | | | Лакомка с помидор- кой в омлете | | |
| 117/11 | Суп с рыбными фрикаделька | 170/80 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 173/11 | Лакомка с помид.в омлете | 210 | крупа рис | 10,32 | 10,32 | зелень | 1,97 | 1,97 | | | |
| 133/11 | кукуруза отварн. консервирс | 50 | морковь | 8,5 | 6,8 | фрикадельки | | | бедро кур на кост | 198,98 | 111,5 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (печенье) | 27 | лук репч | 8,16 | 6,8 | минтай б/г | 118,34 | 82,4 | помидоры св. | 10,63 | 10,2 |
| 379/11 | Кофейный напиток | 200 | том пюре | 1,7 | 1,7 | яйца | 0,1 шт. | 4 | сыр костромс | 23,45 | 22,5 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | м/сливочное | 3 | 3 | лук репч | 19,04 | 16 | яйца | 2,267 шт. | 90,68 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | соль | 1,1 | 1,1 | | | | молоко | 34 | 34 |
| | | | л/лист | 0,0068 | 0,0068 | Кофейный напиток | | | соль | 1 | 1 |
| | | | рыба для бульо | 11,6 | 11,6 | сырьё | брутто | нетто | м/сливочное | 7,2 | 7,2 |
| | | | бульон | 119 | 119 | Кофейный нап | 3,5 | 3,5 | | | |
| | | | | | | молоко | 200 | 200 | кукуруза отвароная | | |
| | | | | | | сахар | 15 | 15 | сырьё | брутто | нетто |
| | | | | | | вода | 20 | 20 | консервирован | 83,34 | 50 |

Россия Краснодарский край

ПРИМЕРНОЕ 10 -ТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

О Б Е Д Ы

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

(М Е Н Ю - РАСКЛАДКА)

возрастная категория: 12-18 лет

2я-неделя

35%

ОСЕНЬ

9-й день

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. | норма закладки продуктов в гр на 1 порцию | | | | | | | | |
|--------------------|-----------------------------------|-----------------|---|----------|-------|--------------------------------|--------|--------|----------------|--------|--------|
| ЧЕТВЕРГ | | | Суп с клёцками | | | Запеканка картофельная с мясом | | | | | |
| 108-109/1 | Суп картофельный с клёцкам | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 71 /11 | овощи свежие (огурец) | 60 | картоф | 66,75 | 50 | свинина | 95,82 | 81,5 | соус | | |
| 284/11 | Запеканка картофельная с мясом | 165/35 | морковь | 12,5 | 10 | м/растит | 4,41 | 4,41 | сметана | 8,75 | 8,75 |
| | | | лук | 12 | 10 | картоф | 184,29 | 138,22 | мука пшенич | 2,63 | 2,63 |
| 352/11 | Кисель ассорти фруктовое | 200 | м/сливочное | 5 | 5 | лук репчат | 12,12 | 9,7 | томат пюре | 3,5 | 3,5 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | соль | 1 | 1 | м/сливочное | 1,21 | 1,21 | вода | 26,25 | 26,25 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | лавр/лист | 0,01 | 0,01 | м/сливочное | 2,42 | 2,42 | л/лист | 0,0007 | 0,0007 |
| 338/11 | Фрукты свежие (яблоко) | 105 | вода | 193,75 | 193,8 | сухари | 2,43 | 2,43 | соль | 0,35 | 0,35 |
| | | | клёцки | | | | | | | | |
| | | | молоко | 30,25 | 30,25 | овощи свежие | | | кисель ассорти | | |
| | | | м/сливочное | 2,19 | 2,19 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| | | | яйца | 0,138шт. | 5,5 | огурец | 63,12 | 60 | сок | 100 | 100 |
| | | | мука | 19,25 | 19,25 | | | | сахар | 19 | 19 |
| | | | соль | 0,56 | 0,56 | | | | вода | 104 | 104 |
| | | | | | | | | | сухофрукт | 35 | 35 |
| | | | | | | | | | яблоки | 2,7 | 2,5 |
| | | | | | | | | | крахмал | 10 | 10 |

10-й день

| Сборник рецеп № | Наименование блюд | Выход 1-п/г. | норма закладки продуктов в гр на 1 порцию | | | | | | | | |
|--------------------|----------------------------|-----------------|---|-----------|-------|-----------------------|--------|-------|---------------------|--------|-------|
| ПЯТНИЦА | | | Суп с макаронами | | | каша молочная рисовая | | | Бутерброд с сыром | | |
| 113/11 | Суп с макаронными изделиям | 250 | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| 182/11 | Каша молочная (рисовая) | 250 | лапша п/ф | 10 | 10 | крупа рисовая | 31,00 | 31,00 | мука пш. | 26,8 | 26,8 |
| 382 /11 | Какао с молоком | 200 | мука | 8,75 | 8,75 | молоко | 229 | 229 | мука на подпыл | 0,97 | 0,97 |
| 3-434/11 | Бутерброд с сыром | 75 | мука на подпыл | 0,6 | 0,6 | сахар | 5,74 | 5,74 | дрожжи | 1,05 | 1,05 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | яйца | 0,0625 шт | 2,5 | м/сливочное | 10 | 10 | молоко | 15,9 | 15,9 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | молоко | 1,75 | 1,75 | соль | 0,8 | 0,8 | сахар | 1,1 | 1,1 |
| | | | соль | 0,25 | 0,25 | | | | соль | 0,3 | 0,3 |
| | | | выход подсушенной лапши 10 | | | Какао с молоком | | | м/растит 2,55 2,55 | | |
| | | | морковь | 12,5 | 10 | сырьё | брутто | нетто | выход батона 35 гр. | | |
| | | | лук репч. | 12 | 10 | какао-пор | 4,2 | 4,2 | сыр Костромс | 31,25 | 30 |
| | | | м/сливочное | 5 | 5 | молоко | 200 | 200 | масло сливочн | 10 | 10 |
| | | | томат | 1,5 | 1,5 | сахар | 15 | 15 | | | |
| | | | соль | 1 | 1 | вода | 10 | 10 | | | |
| | | | л/лист | 0,01 | 0,01 | | | | | | |
| | | | вода | 237,7 | 237,7 | | | | | | |

1 - я неделя

ОСЕНЬ 20__ г.

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

1-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|----------------|---------|--------|---------------|---------|---------|---------------------|---------|--------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | сахар | 1,5 | 1,5 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | соль | 1,45 | 1,45 | Кукуруза консервиро | 100 | 60 |
| мука пш. | 1,8 | 1,8 | Специи л/лист | 0,01052 | 0,01052 | томат пюре | 7,5 | 7,5 |
| макаронь | 40 | 40 | | | | зелень св. | 2 | 2 |
| картофель | 26,75 | 20 | | | | капуста б/кач. Св. | 25 | 20 |
| всего овощей | 215,190 | 154,70 | | | | лук репчатый | 18,19 | 15,2 |
| сок яблочный | 200 | 200 | | | | морковь | 12,5 | 10 |
| ПЕЧЕНЬ | 168 | 140 | | | | свекла | 50 | 40 |
| сметана | 6,13 | 6,13 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 215,190 | 154,70 |
| м/сливочное | 17,46 | 17,46 | | | | | | |
| м/растительное | 5,4 | 5,4 | | | | | | |

2-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|--------------------|---------|---------|-------------------|--------|-------|---------------------|---------|---------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | сахар | 15 | 15 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | Кофейный напиток | 3,500 | 3,5 | горошек консервиров | 100,1 | 65 |
| мука пш. | 0,4 | 0,4 | соль | 1,81 | 1,81 | томат пюре | 1,06 | 1,06 |
| крупа гречка | 20 | 20 | Специи л/лист | 0,012 | 0,012 | зелень св. | 3,15 | 3,15 |
| картофель | 134,94 | 101,2 | сухари панирован. | 12 | 12 | лук репчатый | 33,03 | 28,88 |
| всего овощей | 156,680 | 113,555 | | | | морковь | 19,34 | 15,47 |
| фрукты | 110 | 110 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 156,680 | 113,555 |
| минтай без/ голови | 122,67 | 86,0 | | | | | | |
| молоко | 226,40 | 225 | | | | | | |
| сметана | 1,2 | 1,2 | | | | | | |
| м/сливочное | 10,75 | 10,75 | | | | | | |
| м/растительное | 10 | 10 | | | | | | |
| яйцо шт. / гр. | 0,100 | 4,00 | | | | | | |

3-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-----------------|---------|-------|-------------------|--------|-------|--------------|--------|-------|
| хлеб ржан. | 30 | 30 | сахар | 13,0 | 13,0 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 50 | 50 | кондитер | 25 | 25 | томат пюре | 1,5 | 1,5 |
| крупа манная | 9,78 | 9,78 | соль | 1,1 | 1,1 | лук репчатый | 12 | 10,00 |
| макаронь | 20 | 20 | Специи л/лист | 0,010 | 0,01 | морковь | 12,5 | 10 |
| всего овощей | 26,00 | 21,50 | сухари панирован. | 6,5 | 6,52 | ИТОГО ОВОЩИ | 26,00 | 21,50 |
| молоко | 211 | 240,0 | | | | | | |
| молоко сгущёное | 40 | | | | | | | |
| творог | 214,56 | 210 | | | | | | |
| сметана | 6,52 | 6,52 | | | | | | |
| м/сливочное | 11,52 | 11,52 | | | | | | |
| яйцо шт. / гр. | 0,16300 | 6,52 | | | | | | |

1 - я неделя

О С Е Н Ь 20__ г.

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

12 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

4-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|---------|--------|-------------|--------|-------|---------------|---------|-------|
| хлеб ржан. | 50 | 50 | лим/кислота | 0,2 | 0,2 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | | | | томат пюре | 6,72 | 6,72 |
| крупа горох | 20 | 20 | | | | зелень св. | 2 | 2 |
| картофель | 216,09 | 162,0 | | | | лук репчатый | 25,44 | 21,20 |
| всего овощей | 109,780 | 99,92 | | | | морковь | 12,5 | 10 |
| фрукты яблоко св. | 105 | 105 | | | | огурец свежий | 63,12 | 60,00 |
| сухофрукты | 35 | 35 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 109,780 | 99,92 |
| свинина | 104,4 | 88,8 | | | | | | |
| м/сливочное | 5 | 5,00 | | | | | | |
| м/растительное | 6,9 | 6,9 | | | | | | |
| сахар | 20 | 20,0 | | | | | | |
| соль | 1,78 | 1,78 | | | | | | |
| Специи л/лист | 0,0177 | 0,0177 | | | | | | |

5-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|--------------------|---------|---------|-------------------|--------|--------|--------------------|---------|---------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | сахар | 0,96 | 0,96 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 88,1 | 88,1 | соль | 1,15 | 1,15 | томат пюре | 23,56 | 23,56 |
| мука пш. | 0,4 | 0,4 | Специи л/лист | 0,012 | 0,0120 | зелень св. | 4 | 4 |
| крупа пшено | 38 | 38 | сухарь панирован. | 10 | 10 | капуста б/кач. Св. | 64,38 | 51,50 |
| картофель | 40,0 | 30 | | | | лук репчатый | 29,68 | 24,865 |
| всего овощей | 217,520 | 179,395 | | | | морковь | 19,34 | 15,47 |
| фрукты яблоки св. | 110 | 110 | | | | свекла | 76,56 | 60 |
| сок яблочный | 200 | 200 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 217,520 | 179,395 |
| бедро кур на кости | 132,00 | 74,0 | | | | | | |
| молоко | 22 | 22 | | | | | | |
| сметана | 1,2 | 1,2 | | | | | | |
| м/сливочное | 16,3 | 16,3 | | | | | | |
| м/растительное | 13 | 13 | | | | | | |
| яйцо шт. / гр. | 0,100 | 4 | | | | | | |

2 - я неделя

6-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|--------|--------|---------------|--------|-------|--------------|---------|--------|
| хлеб ржан. | 50 | 50 | сахар | 16,2 | 16,2 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | чай | 2 | 2 | томат пюре | 12,8 | 12,8 |
| крупа рисовая | 45,90 | 45,9 | соль | 2,2 | 2,2 | зелень св. | 2 | 2 |
| картофель | 14,24 | 10,68 | Специи л/лист | 0,01 | 0,010 | лук репчатый | 17,7 | 14,75 |
| всего овощей | 191,80 | 158,35 | | | | морковь | 23,5 | 18,8 |
| фрукты св. яблоко | 105 | 105 | | | | свекла | 65 | 50 |
| говядина | 118,82 | 102,7 | | | | помидор св. | 70,8 | 60,00 |
| молоко | | 0 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 191,800 | 158,35 |
| сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| м/сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| м/растительное | 7 | 7 | | | | | | |
| яйцо шт. / гр. | 0,500 | 20 | | | | | | |

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ**10 - ТИДНЕВКА**

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

| 7-й день | | | | | | | | |
|-------------------|---------|---------|----------------|--------|--------|---------------------|---------|--------|
| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| хлеб ржан. | 50 | 50 | молоко | 27,8 | 26,8 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 71,9 | 71,9 | сметана | 1,2 | 1,2 | Горошек консервиров | 48,3 | 31,5 |
| мука пш. | 8,4 | 8,4 | м/сливочное | 10,45 | 10,45 | кабачёк | 100,7 | 80,55 |
| картофель | 189,95 | 142,4 | м/растительное | 13,74 | 13,74 | томат пюре | 9,31 | 9,31 |
| всего овощей | 235,900 | 184,605 | яйцо шт. / гр. | 0,0700 | 2,8 | зелень св. | 3,15 | 3,15 |
| фрукты св. яблоко | 110 | 110 | соль | 1,65 | 1,65 | капуста б/кач. Св. | 20,6 | 16,5 |
| сок яблочный | 200 | 200 | Специи л/лист | 0,012 | 0,0120 | лук репчатый | 34,44 | 28,13 |
| минтай б/г потраш | 94,37 | 89,5 | | | | морковь | 19,34 | 15,47 |
| | | | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 235,900 | 184,61 |

| 8-й день | | | | | | | | |
|--------------------|---------|--------|------------------|--------|--------|---------------------|---------|-------|
| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| хлеб ржан. | 40 | 40 | яйцо шт. / гр. | 2,367 | 94,68 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70,00 | сахар | 15 | 15 | Кукуруза консервиро | 83,34 | 50 |
| Крупа рисовая | 10,32 | 10,32 | кондитерка | 27 | 27 | томат пюре | 1,7 | 1,7 |
| всего овощей | 133,340 | 93,47 | кофейный напиток | 3,5 | 3,5 | зелень св. | 1,97 | 1,97 |
| бедро кур на кости | 198,98 | 111,5 | соль | 2,1 | 2,1 | лук репчатый | 27,2 | 22,8 |
| минтай без/ головн | 129,94 | 94 | Специи л/лист | 0,0068 | 0,0068 | морковь | 8,5 | 6,8 |
| молоко | 234,00 | 234,00 | Я Й Ц А | штук | грамм | помидор св. | 10,63 | 10,20 |
| сыр костромской | 23,45 | 22,5 | в фрикадельки | 0,1000 | 4 | ИТОГО ОВОЩИ | 133,340 | 93,47 |
| м/сливочное | 10,2 | 10,2 | в лакомку | 2,2670 | 90,68 | | | |
| | | | ИТОГО ЯЙЦА | 2,3670 | 94,68 | | | |

| 9-й день | | | | | | | | |
|-------------------|---------|--------|-------------------|---------|--------|---------------|---------|-------|
| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| хлеб ржан. | 40 | 40 | сметана | 8,75 | 8,75 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | м/сливочное | 10,82 | 10,82 | томат пюре | 3,5 | 3,5 |
| мука пш. | 21,88 | 21,88 | м/растительное | 4,41 | 4,41 | лук репчатый | 24,12 | 19,70 |
| картофель | 251,04 | 188,22 | яйцо шт. / гр. | 0,13750 | 5,5 | морковь | 12,5 | 10 |
| всего овощей | 103,240 | 93,20 | сахар | 19 | 19 | огурец свежий | 63,12 | 60 |
| фрукты св. яблоко | 107,7 | 107,5 | соль | 1,91 | 1,91 | ИТОГО ОВОЩИ | 103,240 | 93,20 |
| сухофрукты | 35,00 | 35 | Крахмал | 10 | 10 | | | |
| сок яблочный | 100 | 100 | Специи л/лист | 0,0107 | 0,0107 | | | |
| свинина | 95,82 | 81,5 | сухарь панирован. | 2,43 | 2,43 | | | |
| молоко | 30,25 | 30 | | | | | | |

| 10-й день | | | | | | | | |
|-----------------|---------|--------|----------------|---------|--------|--------------|--------|-------|
| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
| хлеб ржан. | 40 | 40 | м/сливочное | 25 | 25 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | м/растительное | 2,55 | 2,55 | томат пюре | 1,5 | 1,5 |
| мука пш. | 37,12 | 37,12 | яйцо шт. / гр. | 0,06250 | 2,5 | лук репчатый | 12 | 10 |
| крупа рисовая | 31,00 | 31,00 | сахар | 21,84 | 21,84 | морковь | 12,5 | 10 |
| макаронны | 10 | 10 | какао порошок | 4,2 | 4,2 | ИТОГО ОВОЩИ | 26,000 | 21,50 |
| всего овощей | 26,000 | 21,50 | дрожжи | 1,05 | 1,05 | | | |
| молоко | 446,650 | 446,65 | соль | 2,35 | 2,35 | | | |
| сыр костромской | 31,25 | 30 | Специи л/лист | 0,01 | 0,0100 | | | |

1 - я неделя

ОСЕНЬ 20__ г.

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

1-й день

| сырьё | брутто | нетто |
|----------------|---------|--------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 |
| хлеб пшен. | 70 | 70 |
| мука пш. | 1,8 | 1,8 |
| макароны | 40 | 40 |
| картофель | 26,75 | 20 |
| всего овощей | 215,190 | 154,70 |
| сок яблочный | 200 | 200 |
| ПЕЧЕНЬ | 168 | 140 |
| сметана | 6,13 | 6,13 |
| м/сливочное | 17,46 | 17,46 |
| м/растительное | 5,4 | 5,4 |

| сырьё | брутто | нетто |
|---------------|---------|---------|
| сахар | 1,5 | 1,5 |
| соль | 1,45 | 1,45 |
| Специи л/лист | 0,01052 | 0,01052 |

| сырьё | брутто | нетто |
|---------------------|---------|--------|
| ОВОЩИ | | |
| Кукуруза консервиро | 100 | 60 |
| томат пюре | 7,5 | 7,5 |
| зелень св. | 2 | 2 |
| капуста б/кач. Св. | 25 | 20 |
| лук репчатый | 18,19 | 15,2 |
| морковь | 12,5 | 10 |
| свекла | 50 | 40 |
| ИТОГО ОВОЩИ | 215,190 | 154,70 |

2-й день

| сырьё | брутто | нетто |
|--------------------|---------|---------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 |
| хлеб пшен. | 70 | 70 |
| мука пш. | 0,4 | 0,4 |
| крупа гречка | 20 | 20 |
| картофель | 134,94 | 101,2 |
| всего овощей | 156,680 | 113,555 |
| фрукты | 110 | 110 |
| минтай без/ головк | 122,67 | 86,0 |
| молоко | 226,40 | 225 |
| сметана | 1,2 | 1,2 |
| м/сливочное | 10,75 | 10,75 |
| м/растительное | 10 | 10 |
| яйцо шт. / гр. | 0,100 | 4,00 |

| сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|--------|-------|
| сахар | 15 | 15 |
| Кофейный напиток | 3,500 | 3,5 |
| соль | 1,81 | 1,81 |
| Специи л/лист | 0,012 | 0,012 |
| сухарь панирован. | 12 | 12 |

| сырьё | брутто | нетто |
|---------------------|---------|---------|
| ОВОЩИ | | |
| горошек консервиров | 100,1 | 65 |
| томат пюре | 1,06 | 1,06 |
| зелень св. | 3,15 | 3,15 |
| лук репчатый | 33,03 | 28,88 |
| морковь | 19,34 | 15,47 |
| ИТОГО ОВОЩИ | 156,680 | 113,555 |

3-й день

| сырьё | брутто | нетто |
|-----------------|---------|-------|
| хлеб ржан. | 30 | 30 |
| хлеб пшен. | 50 | 50 |
| крупа манная | 9,78 | 9,78 |
| макароны | 20 | 20 |
| всего овощей | 26,00 | 21,50 |
| молоко | 211 | 240,0 |
| молоко сгущёное | 40 | |
| творог | 214,56 | 210 |
| сметана | 6,52 | 6,52 |
| м/сливочное | 11,52 | 11,52 |
| яйцо шт. / гр. | 0,16300 | 6,52 |

| сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|--------|-------|
| сахар | 13,0 | 13,0 |
| кондитер | 25 | 25 |
| соль | 1,1 | 1,1 |
| Специи л/лист | 0,010 | 0,01 |
| сухарь панирован. | 6,5 | 6,52 |

| сырьё | брутто | нетто |
|--------------|--------|-------|
| ОВОЩИ | | |
| томат пюре | 1,5 | 1,5 |
| лук репчатый | 12 | 10,00 |
| морковь | 12,5 | 10 |
| ИТОГО ОВОЩИ | 26,00 | 21,50 |

1 - я неделя

О С Е Н Ь 20__ г.

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

12 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

4-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|---------|--------|-------------|--------|-------|---------------|---------|-------|
| хлеб ржан. | 50 | 50 | лим/кислота | 0,2 | 0,2 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | | | | томат пюре | 6,72 | 6,72 |
| крупа горох | 20 | 20 | | | | зелень св. | 2 | 2 |
| картофель | 216,09 | 162,0 | | | | лук репчатый | 25,44 | 21,20 |
| всего овощей | 109,780 | 99,92 | | | | морковь | 12,5 | 10 |
| фрукты яблоко св. | 105 | 105 | | | | огурец свежий | 63,12 | 60,00 |
| сухофрукты | 35 | 35 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 109,780 | 99,92 |
| свинина | 104,4 | 88,8 | | | | | | |
| м/сливочное | 5 | 5,00 | | | | | | |
| м/растительное | 6,9 | 6,9 | | | | | | |
| сахар | 20 | 20,0 | | | | | | |
| соль | 1,78 | 1,78 | | | | | | |
| Специи л/лист | 0,0177 | 0,0177 | | | | | | |

5-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|--------------------|---------|---------|-------------------|--------|--------|--------------------|---------|---------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | сахар | 0,96 | 0,96 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 88,1 | 88,1 | соль | 1,15 | 1,15 | томат пюре | 23,56 | 23,56 |
| мука пш. | 0,4 | 0,4 | Специи л/лист | 0,012 | 0,0120 | зелень св. | 4 | 4 |
| крупа пшено | 38 | 38 | сухари панирован. | 10 | 10 | капуста б/кач. Св. | 64,38 | 51,50 |
| картофель | 40,0 | 30 | | | | лук репчатый | 29,68 | 24,865 |
| всего овощей | 217,520 | 179,395 | | | | морковь | 19,34 | 15,47 |
| фрукты яблоки св. | 110 | 110 | | | | свекла | 76,56 | 60 |
| сок яблочный | 200 | 200 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 217,520 | 179,395 |
| бедро кур на кости | 132,00 | 74,0 | | | | | | |
| молоко | 22 | 22 | | | | | | |
| сметана | 1,2 | 1,2 | | | | | | |
| м/сливочное | 16,3 | 16,3 | | | | | | |
| м/растительное | 13 | 13 | | | | | | |
| яйцо шт. / гр. | 0,100 | 4 | | | | | | |

2 - я неделя

6-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|--------|--------|---------------|--------|-------|--------------|---------|--------|
| хлеб ржан. | 50 | 50 | сахар | 16,2 | 16,2 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | чай | 2 | 2 | томат пюре | 12,8 | 12,8 |
| крупа рисовая | 45,90 | 45,9 | соль | 2,2 | 2,2 | зелень св. | 2 | 2 |
| картофель | 14,24 | 10,68 | Специи л/лист | 0,01 | 0,010 | лук репчатый | 17,7 | 14,75 |
| всего овощей | 191,80 | 158,35 | | | | морковь | 23,5 | 18,8 |
| фрукты св. яблоко | 105 | 105 | | | | свекла | 65 | 50 |
| говядина | 118,82 | 102,7 | | | | помидор св. | 70,8 | 60,00 |
| молоко | | 0 | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 191,800 | 158,35 |
| сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| м/сливочное | 5 | 5 | | | | | | |
| м/растительное | 7 | 7 | | | | | | |
| яйцо шт. / гр. | 0,500 | 20 | | | | | | |

возрастная категория: 12-18 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

7-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|---------|---------|----------------|--------|--------|---------------------|---------|--------|
| хлеб ржан. | 50 | 50 | молоко | 27,8 | 26,8 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 71,9 | 71,9 | сметана | 1,2 | 1,2 | Горошек консервиров | 48,3 | 31,5 |
| мука пш. | 8,4 | 8,4 | м/сливочное | 10,45 | 10,45 | кабачёк | 100,7 | 80,55 |
| картофель | 189,95 | 142,4 | м/растительное | 13,74 | 13,74 | томат пюре | 9,31 | 9,31 |
| всего овощей | 235,900 | 184,605 | яйцо шт. / гр. | 0,0700 | 2,8 | зелень св. | 3,15 | 3,15 |
| фрукты св. яблоко | 110 | 110 | соль | 1,65 | 1,65 | капуста б/кач. Св. | 20,6 | 16,5 |
| сок яблочный | 200 | 200 | Специи л/лист | 0,012 | 0,0120 | лук репчатый | 34,44 | 28,13 |
| минтай б/г потраш | 94,37 | 89,5 | | | | морковь | 19,34 | 15,47 |
| | | | | | | ИТОГО ОВОЩИ | 235,900 | 184,61 |

8-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|--------------------|---------|--------|------------------|--------|--------|---------------------|---------|-------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | яйцо шт. / гр. | 2,367 | 94,68 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70,00 | сахар | 15 | 15 | Кукуруза консервиро | 83,34 | 50 |
| Крупа рисовая | 10,32 | 10,32 | кондитерка | 27 | 27 | томат пюре | 1,7 | 1,7 |
| всего овощей | 133,340 | 93,47 | кофейный напиток | 3,5 | 3,5 | зелень св. | 1,97 | 1,97 |
| бедро кур на кости | 198,98 | 111,5 | соль | 2,1 | 2,1 | лук репчатый | 27,2 | 22,8 |
| минтай без/ головк | 129,94 | 94 | Специи л/лист | 0,0068 | 0,0068 | морковь | 8,5 | 6,8 |
| молоко | 234,00 | 234,00 | Я Й Ц А | штук | грамм | помидор св. | 10,63 | 10,20 |
| сыр костромской | 23,45 | 22,5 | в фрикадельки | 0,1000 | 4 | ИТОГО ОВОЩИ | 133,340 | 93,47 |
| м/сливочное | 10,2 | 10,2 | в лакомку | 2,2670 | 90,68 | | | |
| | | | ИТОГО ЯЙЦА | 2,3670 | 94,68 | | | |

9-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-------------------|---------|--------|-------------------|---------|--------|---------------|---------|-------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | сметана | 8,75 | 8,75 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | м/сливочное | 10,82 | 10,82 | томат пюре | 3,5 | 3,5 |
| мука пш. | 21,88 | 21,88 | м/растительное | 4,41 | 4,41 | лук репчатый | 24,12 | 19,70 |
| картофель | 251,04 | 188,22 | яйцо шт. / гр. | 0,13750 | 5,5 | морковь | 12,5 | 10 |
| всего овощей | 103,240 | 93,20 | сахар | 19 | 19 | огурец свежий | 63,12 | 60 |
| фрукты св. яблоко | 107,7 | 107,5 | соль | 1,91 | 1,91 | ИТОГО ОВОЩИ | 103,240 | 93,20 |
| сухофрукты | 35,00 | 35 | Крахмал | 10 | 10 | | | |
| сок яблочный | 100 | 100 | Специи л/лист | 0,0107 | 0,0107 | | | |
| свинина | 95,82 | 81,5 | сухарь панирован. | 2,43 | 2,43 | | | |
| молоко | 30,25 | 30 | | | | | | |

10-й день

| сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто | сырьё | брутто | нетто |
|-----------------|---------|--------|----------------|---------|--------|--------------|--------|-------|
| хлеб ржан. | 40 | 40 | м/сливочное | 25 | 25 | ОВОЩИ | | |
| хлеб пшен. | 70 | 70 | м/растительное | 2,55 | 2,55 | томат пюре | 1,5 | 1,5 |
| мука пш. | 37,12 | 37,12 | яйцо шт. / гр. | 0,06250 | 2,5 | лук репчатый | 12 | 10 |
| крупа рисовая | 31,00 | 31,00 | сахар | 21,84 | 21,84 | морковь | 12,5 | 10 |
| макаронны | 10 | 10 | какао порошок | 4,2 | 4,2 | ИТОГО ОВОЩИ | 26,000 | 21,50 |
| всего овощей | 26,000 | 21,50 | дрожжи | 1,05 | 1,05 | | | |
| молоко | 446,650 | 446,65 | соль | 2,35 | 2,35 | | | |
| сыр костромской | 31,25 | 30 | Специи л/лист | 0,01 | 0,0100 | | | |

| п/п | наименование группы пищевой продукции | норма продукции в граммах г (нетто) | Количество пищевой продукции в НЕТТО по дням в граммах на одного человека в качестве горячих ОБЕДОВ (всего) 35% меню 10 - тидневка СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | в среднем за неделю (10 дней) | Откло- нение от нормы в % (+ / -) |
|-----|---|---|---|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---|--|
| | | | 1-й день | 2-й день | 3-й день | 4-й день | 5-й день | 6-й день | 7-й день | 8-й день | 9-й день | 10-й день | | |
| | | | 1 | хлеб ржаной | 42 | 40 | 40 | 30 | 50 | 40 | 50 | 50 | | |
| 2 | хлеб пшеничный | 70 | 70 | 70 | 50 | 70 | 88,1 | 70 | 71,9 | 70 | 70 | 70 | 70 | 100 |
| 3 | мука пшеничная | 7 | 1,8 | 0,4 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | 8,4 | 0 | 21,88 | 37,12 | 7 | 100 |
| 4 | крупы, бобовые | 17,5 | 0 | 20 | 9,78 | 20 | 38 | 45,9 | 0 | 10,32 | 0 | 31 | 17,5 | 100 |
| 5 | макаронные изделия | 7 | 40 | 0 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | 7 | 100 |
| 6 | картофель | 65,45 | 20 | 101,2 | 0 | 162 | 30 | 10,68 | 142,4 | 0 | 188,22 | 0 | 65,45 | 100 |
| 7 | ОВОЩИ (свеж, консерв-е. Зелень, томат, соленья) | 112 | 154,7 | 113,555 | 21,5 | 99,92 | 179,395 | 158,35 | 184,605 | 93,47 | 93,2 | 21,5 | 112 | 100 |
| 8 | фрукты свежие | 64,75 | 0 | 110 | 0 | 105 | 110 | 105 | 110 | 0 | 107,5 | 0 | 64,75 | 100 |
| 9 | сухофрукты | 7 | 0 | 0 | 0 | 35 | 0 | 0 | 0 | 0 | 35 | 0 | 7 | 100 |
| 10 | СОКИ фруктовые | 70 | 200 | 0 | 0 | 0 | 200 | 0 | 200 | 0 | 100 | 0 | 70 | 100 |
| 11 | мясо 1-й категории | 27,3 | 0 | 0 | 0 | 88,8 | 0 | 102,7 | 0 | 0 | 81,5 | 0 | 27,3 | 100 |
| 12 | цыплята 1 кат. потрошенные | 18,55 | 0 | 0 | 0 | 0 | 74 | 0 | 0 | 111,5 | 0 | 0 | 18,55 | 100 |
| 13 | рыба-филе | 26,95 | 0 | 86 | 0 | 0 | 0 | 0 | 89,5 | 94 | 0 | 0 | 26,95 | 100 |
| 14 | Субпродукты (печень, язык, сердце) | 14 | 140 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 14 | 100 |
| 15 | молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%) | 122,5 | 0 | 225,3 | 240 | 0 | 22 | 0 | 26,8 | 234 | 30,25 | 446,65 | 122,5 | 100 |
| 16 | творог (м. д. ж. 5% не более 9%) | 21 | 0 | 0 | 210 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 21 | 100 |
| 17 | сыр костромской | 5,25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 23 | 0 | 30 | 5,25 | 100 |
| 18 | сметана (м. д. ж. не более 15%) | 3,5 | 6,13 | 1 | 7 | 0 | 1,2 | 10 | 1,2 | 0 | 9 | 0 | 3,5 | 100 |
| 19 | масло сливочное | 12,25 | 17,46 | 11 | 12 | 5 | 16,3 | 5 | 10,45 | 10 | 11 | 25 | 12,25 | 100 |
| 20 | масло растительное | 6,3 | 5,4 | 10 | 0 | 6,9 | 13 | 7 | 13,74 | 0 | 4 | 2,55 | 6,3 | 100 |
| 21 | яйцо диетическое столовое | 14 | 0 | 4 | 7 | 0 | 4 | 20 | 2,8 | 95 | 5,5 | 2,5 | 14 | 100 |
| 22 | сахар | 12,25 | 1,5 | 15 | 13 | 20 | 0,96 | 16,2 | 0 | 15 | 19 | 21,84 | 12,25 | 100 |
| 23 | кондитерские изделия | 5,25 | 0 | 0 | 25 | 0 | 0 | 0 | 0 | 27 | 0 | 0 | 5,2 | (+0,5) |
| 24 | чай | 0,7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,2 | (+ 5) |
| 25 | какао - порошок | 0,42 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4,2 | 0,42 | 100 |
| 26 | кофейный напиток | 0,7 | 0 | 3,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3,5 | 0 | 0 | 0,7 | 100 |
| 27 | дрожжи хлебопекарные | 0,105 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1,05 | 0,105 | 100 |
| 28 | соль пищевая поваренная йодированная | 1,75 | 1,45 | 2 | 1 | 1,78 | 1,15 | 2,2 | 1,65 | 2 | 2 | 2,35 | 1,75 | 100 |
| 29 | Крахмал | 1,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | 0 | 1 | (+ 4) |
| 30 | Специи | 0,7 | 0,01052 | 0,012 | 0,0100 | 0,0177 | 0,012 | 0,01 | 0,012 | 0 | 0 | 0,01 | 0,01302 | (+ 6,68) |
| 31 | белки | 31,5 | 32,81 | 31,596 | 42,7723 | 31,901 | 29,84 | 25,1263 | 27,55 | 36,868 | 30,976 | 25,561 | 31,50 | 100 |
| 32 | жиры | 32,2 | 29,159 | 31,73 | 36,499 | 32,449 | 31,01 | 32,021 | 30,083 | 32,92 | 32,539 | 33,608 | 32,20 | 100 |
| 33 | углеводы | 134,05 | 137,901 | 127,74 | 133,951 | 140,643 | 147,65 | 131,874 | 132,532 | 102,484 | 142,69 | 143,033 | 134,05 | 100 |
| 34 | калорийность | 952 | 945,28 | 922,87 | 1035,38 | 982,22 | 989,01 | 916,19 | 911 | 853,68 | 987,527 | 976,85 | 951,99 | 100 |

| месяц | Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|------|-------------------------|------|--------|------|---------|------|------|------|-----------------|------|--------------------|------|------|------|-----------------------|------|-------------------|------|-----------|------|------------------|------|
| | молоко продукты | | кисло-молочные продукты | | творог | | сметана | | сыр | | масло сливочное | | масло растительное | | мясо | | цыплята 1-й категории | | колбасные изделия | | рыба филе | | яйцо диетическое | |
| | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% | | 102% | | 101% | | 100% | | 101% | | 101% | | 101% | | 100% |
| | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% | | 102% | | 101% | | 100% | | 101% | | 101% | | 101% | | 100% |

(продолжение таблицы часть 2)

| месяц | Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|------|--------|------|------------|------|------|------|-------------|------|----------------|------|---------------|------|-----------|------|-----------|------|----------------------|------|-------|------|--------------|------|
| | овощи | | фрукты | | сухофрукты | | соки | | хлеб ржаной | | хлеб пшеничный | | крупы бобовые | | макаронны | | картофель | | кондитерские изделия | | сахар | | калорийность | |
| | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % | факт | % |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 100% | | 100% | | 101% | | 100% | | 100% | | 100% | | 101% | | 101% | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% |
| | | 100% | | 100% | | 101% | | 100% | | 100% | | 100% | | 101% | | 101% | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% |