

СОГЛАСОВАНО :



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

ПЕРИОД: ОСЕНЬ

2025 - 2026  
2024 - 2025г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2025 г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ ОТ 14.08.2024г. №3396/28

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г

1-я неделя

| приём пищи                  | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |            | Энергетическая ценность | № рецептуры ТК / ТТК | № по Сб. р-р / год. изд. |
|-----------------------------|--------------------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|----------------------|--------------------------|
|                             |                                      |           | белки Б                | жиры Ж | углеводы У |                         |                      |                          |
| неделя<br>-я<br>День<br>1-й | <b>ЗАВТРАК</b>                       |           |                        |        |            |                         |                      |                          |
|                             | Помидор в нарезке                    | 100       | 1,17                   | 0,17   | 3,83       | 21,33                   | 2                    | 54-33/22                 |
|                             | Плов из птицы                        | 200       | 15,33                  | 13,58  | 37,61      | 320,67                  | 66                   | 291/17                   |
|                             | Чай с лимоном                        | 200       | 0,51                   | 0,00   | 6,81       | 29,18                   | 82                   | 459 / 21                 |
|                             | Хлеб пшеничный                       | 60        | 1,20                   | 0,78   | 32,52      | 141,91                  | 17                   | Пром.пр                  |
|                             | Хлеб ржаной                          | 30        | 1,40                   | 0,50   | 13,03      | 62,18                   | 18                   | Пром.пр                  |
| итого за завтрак            |                                      | 590       | 19,60                  | 15,022 | 93,81      | 575,469                 |                      |                          |
| Норма по СанПиН 25%         |                                      |           | 22,50                  | 23,00  | 95,75      | 680,00                  |                      |                          |
| отклонение от нормы + / - % |                                      |           | -3,22                  | -8,67  | -0,51      | -3,84                   |                      |                          |
| неделя<br>-я<br>День<br>1-й | <b>ОБЕД</b>                          |           |                        |        |            |                         |                      |                          |
|                             | Горошек зелёный                      | 100       | 2,83                   | 0,17   | 5,83       | 36,83                   | 5                    | 54-203/22                |
|                             | Рассольник ленинградский со сметаной | 250       | 2,83                   | 6,22   | 13,52      | 121,54                  | 25                   | 100 / 21                 |
|                             | Омлет с сыром и маслом сливочным     | 220       | 23,21                  | 34,31  | 4,11       | 418,06                  | 49                   | 276/21                   |
|                             | Кофейный напиток с молоком           | 200       | 8,17                   | 4,89   | 22,80      | 159,53                  | 92                   | 465 / 21                 |
|                             | Кондитерские изделия (мармелад)      | 22,5      | 1,82                   | 0,15   | 29,82      | 111,61                  | 15                   | Пром.пр                  |
|                             | Хлеб пшеничный                       | 50        | 1,20                   | 0,65   | 27,1       | 118,26                  | 17                   | Пром.пр                  |
|                             | Хлеб ржаной                          | 30        | 1,40                   | 0,50   | 13,03      | 62,18                   | 18                   | Пром.пр                  |
| Фрукты свежие (яблоко)      |                                      | 105       | 0,42                   | 0,42   | 10,29      | 49,35                   | 99                   | 338 / 17                 |
| итого за обед               |                                      | 977,5     | 39,79                  | 47,302 | 126,51     | 1077,360                |                      |                          |
| Норма по СанПиН 35%         |                                      |           | 31,50                  | 32,20  | 134,05     | 952,00                  |                      |                          |
| отклонение от нормы + / - % |                                      |           | 9,21                   | 16,42  | -1,97      | 4,61                    |                      |                          |
| неделя<br>-я<br>День<br>1-й | <b>ПОЛДНИК</b>                       |           |                        |        |            |                         |                      |                          |
|                             | Сок фруктовый (абрикосовый)          | 200       | 1,00                   | 0,00   | 25,40      | 105,60                  | 98                   | 501 / 21                 |
|                             | Голубцы с соусом                     | 120       | 5,93                   | 9,70   | 6,00       | 105,19                  | 61                   | 525 / 22                 |
|                             | Хлеб пшеничный                       | 30        | 0,60                   | 0,39   | 16,26      | 70,96                   | 17                   | Пром.пр                  |
| итого за полдник            |                                      | 350       | 7,53                   | 10,094 | 47,66      | 281,75                  |                      |                          |
| Норма по СанПиН 10%         |                                      |           | 9,00                   | 9,20   | 38,30      | 272,00                  |                      |                          |
| отклонение от нормы + / - % |                                      |           | -1,63                  | 0,97   | 2,44       | 0,36                    |                      |                          |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 59,39 | 62,32 | 220,32 | 1652,83 |
| Норма по СанПиН 60%             | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | 5,99  | 7,74  | -2,47  | 0,77    |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 47,32 | 57,40 | 174,17 | 1359,11 |
| Норма по СанПиН 45%             | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | 7,57  | 17,39 | 0,48   | 4,97    |

|                                           |       |       |        |          |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|----------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 66,92 | 72,41 | 267,98 | 1934,579 |
| Норма по СанПиН 70%                       | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | 4,36  | 8,72  | -0,03  | 1,12     |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении  
Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон : О С Е Н Ь 2024 - 2025 г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|-------------------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                           |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                                |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>2 -й  | ЗАВТРАК                                   |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
|                                 | Морковь по-корейски                       | 100          | 1,10                 | 6,19      | 6,70          | 67,99                           | 8                              | 68 /22                         |
|                                 | Тефтели из говядины с соусом              | 100          | 8,21                 | 8,55      | 12,18         | 158,46                          | 62                             | 548/22                         |
|                                 | Картофель по- деревенски с сыром          | 180          | 5,39                 | 13,32     | 29,19         | 252,28                          | 43                             | 645/22                         |
|                                 | Какао с молоком и витаминами              | 190          | 5,91                 | 4,77      | 17,99         | 137,63                          | 90                             | 503 / 22                       |
|                                 | Хлеб пшеничный                            | 40           | 0,80                 | 0,85      | 21,88         | 99,61                           | 17                             | Пром.пр                        |
|                                 | Хлеб ржаной                               | 30           | 1,40                 | 0,52      | 13,03         | 62,18                           | 18                             | Пром.пр                        |
|                                 | итого за завтрак                          |              | 640                  | 22,81     | 33,836        | 100,77                          | 773,145                        |                                |
|                                 | Норма по СанПиН                           |              | 25%                  | 22,50     | 23,00         | 95,75                           | 680,00                         |                                |
|                                 | отклонение от нормы ( + / - ) %           |              |                      | 0,34      | 11,78         | 1,31                            | 3,42                           |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>2 -й  | ОБЕД                                      |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
|                                 | Огурец в нарезке                          | 100          | 0,80                 | 0,20      | 2,50          | 14,20                           | 1                              | 54-29/22                       |
|                                 | Суп картофельный с крупой                 | 250          | 2,78                 | 3,53      | 9,80          | 82,00                           | 27                             | 514/21                         |
|                                 | Говядина тушеная с капустой               | 200          | 22,11                | 18,82     | 19,49         | 335,24                          | 56                             | 520 / 22                       |
|                                 | Сок фруктовый (персиковый)                | 200          | 1,00                 | 0,00      | 23,40         | 97,60                           | 98                             | 501 / 21                       |
|                                 | Хлеб пшеничный                            | 70           | 1,40                 | 0,91      | 37,94         | 165,57                          | 17                             | Пром.пр                        |
|                                 | Хлеб ржаной                               | 50           | 2,33                 | 0,83      | 21,72         | 103,63                          | 18                             | Пром.пр                        |
|                                 | Фрукты свежие (яблоки)                    | 105          | 0,42                 | 0,42      | 10,29         | 49,35                           | 99                             | 335 / 17                       |
| итого за обед                   |                                           | 975          | 30,84                | 24,698    | 125,14        | 847,586                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                           | 35%          | 31,50                | 32,20     | 134,05        | 952,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                           |              | -0,73                | -8,15     | -2,33         | -3,84                           |                                |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>2 -й  | ПОЛДНИК                                   |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
|                                 | Кисломолочный напиток (кефир м.д.ж. 2,5%) | 200          | 5,80                 | 5,00      | 8,00          | 101,00                          | 97                             | 470 / 21                       |
|                                 | Котлеты картофельные<br>с творогом        | 140          | 4,46                 | 11,43     | 17,82         | 179,57                          | 40                             | 149 / 17                       |
|                                 | Хлеб пш. (батон )                         | 20           | 0,77                 | 0,38      | 10,28         | 48,22                           | 16                             | Пром.пр                        |
|                                 | итого за полдник                          |              | 360                  | 11,03     | 16,812        | 36,10                           | 325,793                        |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                           | 10%          | 9,00                 | 9,20      | 38,30         | 272,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                           |              | 2,25                 | 8,27      | -0,57         | 1,98                            |                                |                                |

|                                 |  |  |       |        |        |         |
|---------------------------------|--|--|-------|--------|--------|---------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД        |  |  | 53,64 | 58,53  | 225,91 | 1620,73 |
| Норма по СанПиН                 |  |  | 60%   | 54,00  | 55,20  | 1632,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |  |  |       | -0,395 | 3,624  | -1,017  |

|                                 |  |  |       |       |        |         |
|---------------------------------|--|--|-------|-------|--------|---------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК        |  |  | 41,87 | 41,51 | 161,24 | 1173,38 |
| Норма по СанПиН                 |  |  | 45%   | 40,50 | 41,40  | 1224,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |  |  |       | 1,52  | 0,12   | -2,90   |

|                                    |  |  |       |       |        |          |
|------------------------------------|--|--|-------|-------|--------|----------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник |  |  | 64,67 | 75,36 | 262,01 | 1946,524 |
| Норма по СанПиН                    |  |  | 70%   | 63,00 | 64,40  | 1904,00  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |  |  |       | 1,66  | 11,90  | -1,59    |



Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон : О С Е Н Ь 2024 -2025 г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                      | Наименование блюда                           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|------------------------------------|----------------------------------------------|--------------|------------------------|--------|----------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                    |                                              |              | белки                  | жиры   | углеводы |                                 |                                |                                |
|                                    |                                              |              | Б                      | Ж      | У        |                                 |                                |                                |
| неделя<br>1 -я<br><br>3 -й         | ЗАВТРАК                                      |              |                        |        |          |                                 |                                |                                |
|                                    | Пудинг из творога, запечённый                | 180          | 20,42                  | 11,98  | 39,01    | 331,65                          | 50                             | 432/22                         |
|                                    | и / соус абрикосовый                         | 25           | 0,45                   | 0,00   | 7,18     | 30,52                           | 50                             | 687 /22                        |
|                                    | Чай с сахаром                                | 200          | 0,40                   | 0,00   | 6,60     | 28,20                           | 81                             | 457 / 21                       |
|                                    | Кондитерское изделие (печенье)               | 45           | 3,85                   | 11,10  | 30,61    | 237,73                          | 14                             | Пром пр                        |
|                                    | Фрукты свежие (яблоко)                       | 130          | 0,52                   | 0,52   | 12,74    | 61,10                           | 99                             | 338 / 17                       |
| итого за завтрак                   |                                              | 580          | 25,64                  | 23,597 | 96,14    | 689,203                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                    |                                              | 25%          | 22,50                  | 23,00  | 95,75    | 680,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                              |              | 3,486                  | 0,649  | 0,102    | 0,338                           |                                |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>3 -й     | ОБЕД                                         |              |                        |        |          |                                 |                                |                                |
|                                    | Помидор в нарезке                            | 100          | 1,17                   | 0,17   | 3,83     | 21,33                           | 2                              | 54-33/22                       |
|                                    | Борщ из свежей капусты со сметаной           | 250          | 1,42                   | 5,04   | 6,16     | 75,58                           | 20                             | 93 / 21                        |
|                                    | Рыба запечённая                              | 120          | 20,85                  | 15,06  | 14,17    | 277,19                          | 73                             | 444/22                         |
|                                    | Пюре картофельное                            | 180          | 3,68                   | 5,76   | 24,53    | 164,87                          | 42                             | 312 /17                        |
|                                    | Компот из смеси сухофруктов                  | 200          | 0,50                   | 0,00   | 18,80    | 81,00                           | 86                             | 541/22                         |
|                                    | Хлеб пшеничный                               | 70           | 1,40                   | 0,91   | 27,84    | 165,57                          | 17                             | Пром пр                        |
|                                    | Хлеб ржаной                                  | 50           | 2,33                   | 0,83   | 21,72    | 103,63                          | 18                             | Пром пр                        |
| итого за обед                      |                                              | 970          | 31,35                  | 27,756 | 128,15   | 888,968                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                    |                                              | 35%          | 31,50                  | 32,20  | 134,05   | 952,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                              |              | -0,17                  | -4,83  | -1,54    | -2,32                           |                                |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>3 -й     | ПОЛДНИК                                      |              |                        |        |          |                                 |                                |                                |
|                                    | Чай фруктовый                                | 200          | 0,49                   | 0,00   | 7,63     | 32,70                           | 83                             | 783 /22                        |
|                                    | Биточек рисовый с морковью и соус шоколадный | 100          | 3,41                   | 6,78   | 14,00    | 119,87                          | 35                             | 330 /17                        |
|                                    | и соус шоколадный                            | 25           | 1,77                   | 1,78   | 22,00    | 69,34                           | 35                             | 692/22                         |
|                                    | Хлеб ржаной                                  | 25           | 1,17                   | 0,41   | 10,66    | 51,81                           | 18                             | Пром пр                        |
| итого за полдник                   |                                              | 350          | 5,85                   | 8,968  | 42,49    | 264,823                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                    |                                              | 10%          | 9,00                   | 9,20   | 38,30    | 272,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                              |              | -3,50                  | -0,25  | -1,09    | -0,28                           |                                |                                |
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД           |                                              |              | 56,99                  | 51,35  | 224,29   | 1578,17                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                    |                                              |              | 60%                    | 54,00  | 55,20    | 229,80                          |                                | 1632,00                        |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                              |              | 3,32                   | -4,18  | -1,44    | -1,98                           |                                |                                |
| ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК           |                                              |              | 37,20                  | 36,72  | 170,64   | 1153,79                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                    |                                              |              | 45%                    | 40,50  | 41,40    | 172,35                          |                                | 1224,00                        |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                              |              | -3,67                  | -5,08  | -0,45    | -2,58                           |                                |                                |
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник |                                              |              | 62,83                  | 60,32  | 266,78   | 1842,994                        |                                |                                |
| Норма по СанПиН                    |                                              |              | 70%                    | 63,00  | 64,40    | 268,10                          |                                | 1904,00                        |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                              |              | -0,18                  | -4,43  | -0,35    | -2,24                           |                                |                                |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                        | Наименование блюда                         | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре-<br>цептуры<br>Тех. Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|--------------------------------------|--------------------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                      |                                            |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                                |                                |
| неделя<br><br>1-я<br>День<br><br>4-й | ЗАВТРАК                                    |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
|                                      | Печень по-строгановски                     | 120          | 15,29                | 14,14     | 7,65          | 219,01                          | 52                             | 255/17                         |
|                                      | Макароны отварные и / овощи                | 180          | 6,55                 | 6,84      | 26,95         | 221,86                          | 46                             | 256/21                         |
|                                      | консервированные отварные (сложный гарнир) | 25           | 0,50                 | 0,08      | 2,54          | 13,05                           | 46                             | 157/22                         |
|                                      | Сок фруктовый (яблочный)                   | 200          | 1,00                 | 0,20      | 20,20         | 86,00                           | 98                             | 501/21                         |
|                                      | Хлеб пшеничный                             | 50           | 1,00                 | 0,85      | 27,1          | 118,26                          | 17                             | Пром.пр.                       |
|                                      | Хлеб ржаной                                | 30           | 1,40                 | 0,50      | 13,03         | 62,18                           | 18                             | Пром.пр.                       |
| итого за завтрак                     |                                            | 605          | 25,74                | 22,515    | 97,47         | 720,354                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                      |                                            | 25%          | 22,50                | 23,00     | 95,75         | 680,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %      |                                            |              | 3,60                 | -0,53     | 0,45          | 1,48                            |                                |                                |
| неделя<br><br>1-я<br>День<br><br>4-й | ОБЕД                                       |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
|                                      | Икра свекольная                            | 100          | 1,50                 | 3,60      | 8,50          | 72,00                           | 9                              | 53 / 21                        |
|                                      | Суп из овощей со сметаной                  | 250          | 2,12                 | 5,19      | 6,49          | 81,08                           | 24                             | 116/21                         |
|                                      | Котлеты школьные                           | 100          | 17,17                | 13,31     | 14,68         | 247,03                          | 64                             | 347/21                         |
|                                      | Каша вязкая (гречневая)                    | 180          | 0,70                 | 6,01      | 22,63         | 147,38                          | 33                             | 303/17                         |
|                                      | Молоко кипячёное                           | 200          | 5,80                 | 5,30      | 9,10          | 107,00                          | 96                             | 469 / 21                       |
|                                      | Хлеб пшеничный                             | 60           | 1,20                 | 0,78      | 32,52         | 141,91                          | 17                             | Пром.пр.                       |
| Хлеб ржаной                          | 50                                         | 2,33         | 0,83                 | 21,72     | 103,63        | 18                              | Пром.пр.                       |                                |
| Фрукты свежие (яблоки)               | 105                                        | 0,42         | 0,42                 | 10,29     | 49,35         | 99                              | 388 / 17                       |                                |
| итого за обед                        |                                            | 1045         | 31,24                | 35,432    | 125,921       | 949,376                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                      |                                            | 35%          | 31,50                | 32,20     | 134,05        | 952,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %      |                                            |              | -0,29                | 3,51      | -2,12         | -0,10                           |                                |                                |
| неделя<br><br>1-я<br>День<br><br>4-й | ПОЛДНИК                                    |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
|                                      | Кисель абрикосовый                         | 200          | 0,15                 | 0,05      | 17,40         | 70,62                           | 87                             | 784/22                         |
|                                      | Биточки из печени и /соус                  | 110          | 8,09                 | 7,71      | 7,953         | 122,99                          | 54                             | 478/22                         |
|                                      | молочный                                   | 10           | 0,29                 | 0,85      | 0,20          | 12,68                           | 54                             | 318/17                         |
|                                      | Хлеб ржаной                                | 30           | 1,40                 | 0,50      | 13,03         | 62,18                           | 18                             | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                     |                                            | 350          | 9,92                 | 9,102     | 38,59         | 268,469                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                      |                                            | 10%          | 9,00                 | 9,20      | 38,30         | 272,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %      |                                            |              | 1,02                 | -0,11     | 0,07          | -0,13                           |                                |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 56,98 | 57,95 | 223,39 | 1669,73 |
| Норма по СанПиН                 | 60%   | 54,00 | 55,20  | 229,80  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 3,31  | 2,99   | -1,67   |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 41,16 | 44,53 | 164,51 | 1217,85 |
| Норма по СанПиН                 | 45%   | 40,50 | 41,40  | 172,35  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 0,74  | 3,41   | -2,05   |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 66,90 | 67,05 | 261,97 | 1938,20 |
| Норма по СанПиН                           | 70%   | 63,00 | 64,40  | 268,10  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | 4,33  | 2,68   | -1,60   |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                   | Вес<br>блюда | пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                      |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                                |                                |
| неделя                          | <b>ЗАВТРАК</b>                       |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
| 1 -я                            | Котлета рыбная (минтай)              | 120          | 15,43                | 1,89      | 9,12          | 115,16                          | 75                             | 307/21                         |
| День                            | Рагу из овощей                       | 180          | 3,12                 | 14,19     | 16,70         | 176,70                          | 36                             | 334/22                         |
|                                 | Сок фруктовый (персиковый)           | 200          | 1,00                 | 0,00      | 23,40         | 97,60                           | 98                             | 521/21                         |
| 5 -й                            | Хлеб пшеничный                       | 50           | 1,00                 | 0,65      | 27,1          | 118,26                          | 17                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Хлеб ржаной                          | 30           | 1,40                 | 0,50      | 13,03         | 62,18                           | 18                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Фрукты свежие (банан)                | 105          | 1,58                 | 0,11      | 12,39         | 98,81                           | 100                            | 82/21                          |
| итого за завтрак                |                                      | 685          | 23,53                | 17,326    | 101,74        | 626,41                          |                                |                                |
| Норма по СанПин                 |                                      | 25%          | 22,50                | 23,00     | 95,75         | 680,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                      |              | 1,14                 | -6,17     | 1,56          | -1,97                           |                                |                                |
| неделя                          | <b>ОБЕД</b>                          |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
| 1 -я                            | Морковь с яблоком                    | 100          | 1,00                 | 6,10      | 7,60          | 89,00                           | 6                              | 47/22                          |
| День                            | Суп с крупой и мясными фрикадельками | 250          | 8,79                 | 7,48      | 8,06          | 136,49                          | 29                             | 127/17                         |
| 5 -й                            | Сырники из творога                   | 230          | 19,83                | 12,61     | 35,01         | 335,87                          | 51                             | 437/22                         |
|                                 | и / соус абрикосовый                 | 35           | 0,91                 | 0,00      | 13,41         | 66,05                           | 51                             | 687/22                         |
|                                 | Какао с молоком и витаминами         | 200          | 6,31                 | 5,05      | 25,65         | 172,04                          | 91                             | 502/21                         |
|                                 | Хлеб пшеничный                       | 30           | 0,60                 | 0,39      | 16,26         | 70,96                           | 17                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Хлеб ржаной                          | 20           | 0,93                 | 0,33      | 8,69          | 41,45                           | 18                             | Пром.пр.                       |
| итого за обед                   |                                      | 865          | 38,37                | 31,956    | 116,58        | 911,848                         |                                |                                |
| Норма по СанПин                 |                                      | 35%          | 31,50                | 32,20     | 134,05        | 952,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                      |              | 7,84                 | -0,27     | -4,56         | -1,48                           |                                |                                |
| неделя                          | <b>ПОЛДНИК</b>                       |              |                      |           |               |                                 |                                |                                |
| 1 -я                            | Чай с лимоном                        | 200          | 0,51                 | 0,00      | 6,81          | 29,38                           | 82                             | 458/21                         |
| День                            | Рыба, запечённая с яйцом             | 140          | 0,98                 | 4,06      | 11,90         | 142,80                          | 74                             | 321/22                         |
| 5 -й                            | Хлеб пшеничный                       | 35           | 0,70                 | 0,46      | 17,01         | 75,29                           | 17                             | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                |                                      | 375          | 2,189                | 4,515     | 35,73         | 247,5                           |                                |                                |
| Норма по СанПин                 |                                      | 10%          | 9,00                 | 9,20      | 38,30         | 272,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                      |              | -7,57                | -5,09     | -0,67         | -0,90                           |                                |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 61,90 | 49,28 | 218,32 | 1538,26 |
| Норма по СанПин 60%             | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | 8,78  | -6,43 | -3,00  | -3,45   |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 40,56 | 36,47 | 152,30 | 1159,32 |
| Норма по СанПин 45%             | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | 0,07  | -5,36 | -5,23  | -2,36   |

|                                           |       |        |        |         |
|-------------------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 64,09 | 53,80  | 254,04 | 1785,73 |
| Норма по СанПин 70%                       | 63,00 | 64,40  | 268,10 | 1904,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | 1,21  | -11,53 | -3,67  | -4,35   |



Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 -2025г.г.

1 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |               |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре-<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|-----------------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                               |              | белки<br>Б             | жиры<br>Ж     | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>6 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>                                |              |                        |               |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Запеканка капустная                           | 180          | 2,60                   | 7,30          | 15,27         | 169,74                          | 38                            | 162/17                         |
|                                 | Котлеты нежные с соусом<br>томатным с овощами | 80/20        | 14,03                  | 9,70          | 5,60          | 169,30                          | 70                            | 373/21                         |
|                                 | Кисель из кураги                              | 200          | 1,26                   | 0,14          | 28,16         | 177,60                          | 88                            | 784/22                         |
|                                 | Хлеб пшеничный                                | 50           | 1,00                   | 0,85          | 27,1          | 118,26                          | 17                            | Пром.пр                        |
|                                 | Хлеб ржаной                                   | 20           | 0,93                   | 0,33          | 6,687         | 41,45                           | 18                            | Пром.пр                        |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)                        | 100          | 0,40                   | 0,40          | 9,80          | 47,00                           | 99                            | 338/17                         |
|                                 | <b>итого за завтрак</b>                       | <b>650</b>   | <b>20,47</b>           | <b>19,977</b> | <b>95,56</b>  | <b>681,353</b>                  |                               |                                |
| Норма по СанПин 25%             |                                               |              | 22,50                  | 23,00         | 95,75         | 680,00                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                               |              | -2,03                  | -3,29         | -0,25         | 0,05                            |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>6 -й  | <b>ОБЕД</b>                                   |              |                        |               |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Огурец в нарезке                              | 100          | 0,80                   | 0,20          | 2,90          | 14,20                           | 1                             | 54-2а/22                       |
|                                 | Суп картофельный с макаронами                 | 260          | 6,36                   | 4,94          | 18,83         | 349,62                          | 31                            | 242/22                         |
|                                 | Зразы с яйцом                                 | 100          | 8,17                   | 13,05         | 6,30          | 177,95                          | 65                            | 532/22                         |
|                                 | Овощи запечённые                              | 180          | 3,29                   | 4,85          | 12,50         | 106,87                          | 37                            | 315/22                         |
|                                 | Кофейный напиток с молоком                    | 180          | 5,58                   | 4,48          | 17,77         | 133,29                          | 95                            | 465/21                         |
|                                 | Оладьи и /<br>соус шоколадный                 | 80<br>25     | 2,95<br>0,60           | 7,74<br>0,48  | 10,64<br>6,63 | 120,74<br>31,63                 | 79<br>79                      | 401/17<br>327/17               |
|                                 | Хлеб пшеничный                                | 60           | 1,20                   | 0,78          | 32,52         | 141,91                          | 17                            | Пром.пр                        |
|                                 | Хлеб ржаной                                   | 40           | 1,87                   | 0,66          | 17,37         | 82,90                           | 18                            | Пром.пр.                       |
| <b>итого за обед</b>            |                                               |              | <b>30,87</b>           | <b>37,176</b> | <b>125,06</b> | <b>958,498</b>                  |                               |                                |
| Норма по СанПин 35%             |                                               |              | 31,50                  | 32,20         | 134,05        | 952,00                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                               |              | -0,71                  | -5,41         | -2,35         | 0,24                            |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>6 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>                                |              |                        |               |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Кисломолочный напиток (Кефир м.д.ж 2,5%)      | 200          | 5,80                   | 3,00          | 8,00          | 101,00                          | 100                           | 470/21                         |
|                                 | Шарлотка с яблоками                           | 170          | 4,10                   | 5,45          | 28,50         | 185,01                          | 80                            | 527/21                         |
|                                 | и /соус абрикосовый                           | 30           | 0,20                   | 0,02          | 4,16          | 17,60                           | 80                            | 687/22                         |
| <b>итого за полдник</b>         |                                               |              | <b>10,10</b>           | <b>10,474</b> | <b>40,65</b>  | <b>303,612</b>                  |                               |                                |
| Норма по СанПин 10%             |                                               |              | 9,00                   | 9,20          | 38,30         | 272,00                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                               |              | 1,22                   | 1,33          | 0,61          | 1,15                            |                               |                                |

|                                 |              |              |               |                |
|---------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | <b>51,33</b> | <b>57,15</b> | <b>220,63</b> | <b>1639,85</b> |
| Норма по СанПин 60%             | 54,00        | 55,20        | 229,80        | 1632,00        |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -2,97        | -2,12        | -2,40         | 0,29           |

|                                 |              |              |               |                |
|---------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | <b>40,96</b> | <b>47,65</b> | <b>165,71</b> | <b>1262,11</b> |
| Норма по СанПин 45%             | 40,50        | 41,40        | 172,35        | 1224,00        |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | 0,51         | 6,79         | -1,73         | 1,40           |

|                                           |              |              |               |                |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | <b>61,43</b> | <b>67,63</b> | <b>261,28</b> | <b>1943,46</b> |
| Норма по СанПин 70%                       | 63,00        | 64,40        | 268,10        | 1904,00        |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -1,75        | 3,51         | -1,73         | 1,45           |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г.

2 - я неделя

| приём пищи                      | Наименование блюда                                    | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |        |            | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по сб. р-р / год. изд. |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------|----------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|
|                                 |                                                       |           | белки Б              | жиры Ж | углеводы У |                         |                       |                          |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>7 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>                                        |           |                      |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Омлет натуральный и /овощи                            | 150       | 13,64                | 13,53  | 3,39       | 185,44                  | 48                    | 248 / 22                 |
|                                 | консервированные отварные (сложный гарнир)            | 70        | 2,00                 | 2,53   | 3,53       | 44,67                   | 48                    | 257 / 22                 |
|                                 | Кофейный напиток с молоком                            | 180       | 5,52                 | 4,38   | 14,16      | 117,79                  | 93                    | 54-23гн/22               |
|                                 | Хлеб пшеничный                                        | 60        | 1,20                 | 0,78   | 32,52      | 141,91                  | 17                    | Пром.пр                  |
|                                 | Хлеб ржаной                                           | 40        | 1,67                 | 0,66   | 17,37      | 82,90                   | 18                    | Пром.пр                  |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)                                | 105       | 0,44                 | 0,42   | 10,29      | 49,35                   | 99                    | 338 / 17                 |
| итого за завтрак                |                                                       | 605       | 24,66                | 22,304 | 81,27      | 625,057                 |                       |                          |
| Норма по СанПиН                 |                                                       | 25%       | 22,50                | 23,00  | 95,75      | 680,00                  |                       |                          |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                                       |           | 2,39                 | -0,76  | -3,78      | -2,02                   |                       |                          |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>7 -й  | <b>ОБЕД</b>                                           |           |                      |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Овощи консервированные (порциями (капуста квашеная))  | 100       | 1,58                 | 4,51   | 8,89       | 76,76                   | 4                     | 145 / 21                 |
|                                 | Суп с клецками                                        | 250       | 3,56                 | 4,59   | 19,79      | 114,71                  | 28                    | 108-108г/17              |
|                                 | Наггетсы                                              | 100       | 18,01                | 13,55  | 11,20      | 244,95                  | 68                    | 595/22                   |
|                                 | Ризотто                                               | 180       | 3,58                 | 11,76  | 34,91      | 267,30                  | 34                    | 381/22                   |
|                                 | Сок фруктовый (персиковый)                            | 200       | 1,00                 | 0,00   | 23,40      | 87,60                   | 98                    | 501 / 21                 |
|                                 | Хлеб пшеничный                                        | 60        | 1,20                 | 0,78   | 32,52      | 141,91                  | 17                    | Пром.пр                  |
|                                 | Хлеб ржаной                                           | 50        | 2,33                 | 0,83   | 21,72      | 103,63                  | 18                    | Пром.пр                  |
| итого за обед                   |                                                       | 940       | 32,27                | 38,006 | 152,43     | 1067,073                |                       |                          |
| Норма по СанПиН                 |                                                       | 35%       | 31,50                | 32,20  | 134,05     | 952,00                  |                       |                          |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                                       |           | 0,85                 | 4,14   | 4,80       | 4,23                    |                       |                          |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>7 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>                                        |           |                      |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Чай фруктовый                                         | 200       | 0,49                 | 0,00   | 7,63       | 32,70                   | 83                    | 783 / 22                 |
|                                 | Бутерброд с сыром (сыр твердых сортов хлеб пшеничный) | 15        | 3,50                 | 4,40   | 0,00       | 53,80                   | 13                    | ТТК / 3:17               |
|                                 | Кондитерское изделие (печенье)                        | 15        | 1,28                 | 3,70   | 10,24      | 79,40                   | 14                    | Пром.пр                  |
|                                 | Фрукты свежие (банан)                                 | 100       | 1,50                 | 0,10   | 11,82      | 54,10                   | 100                   | 62 / 21                  |
| итого за полдник                |                                                       | 355       | 7,28                 | 8,526  | 43,02      | 279,132                 |                       |                          |
| Норма по СанПиН                 |                                                       | 10%       | 9,00                 | 9,20   | 38,30      | 272,00                  |                       |                          |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                                       |           | -1,91                | -0,73  | 1,23       | 0,26                    |                       |                          |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 56,92 | 58,31 | 233,70 | 1692,13 |
| Норма по СанПиН                 | 60%   | 54,00 | 55,20  | 229,80  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 3,24  | 3,38   | 1,02    |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b>           | 39,55 | 44,53 | 195,45 | 1346,20 |
| Норма по СанПиН                           | 45%   | 40,50 | 41,40  | 172,35  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | -1,05 | 3,40   | 6,03    |
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 64,20 | 66,84 | 276,72 | 1971,26 |
| Норма по СанПиН                           | 70%   | 63,00 | 64,40  | 1904,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | 1,33  | 2,65   | 2,25    |



Россия Краснодарский край

для учащихся в ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г

2 - я неделя

| приём пищи                      | Наименование блюда                          | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |            | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по сб. р-р / год. изд. |
|---------------------------------|---------------------------------------------|-----------|------------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|
|                                 |                                             |           | белки Б                | жиры Ж | углеводы У |                         |                       |                          |
| неделя 2 -я<br>День 8 -й        | <b>ЗАВТРАК</b>                              |           |                        |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Огурец с капустой                           | 100       | 1,37                   | 2,70   | 3,79       | 45,34                   | 3                     | 52/22                    |
|                                 | Рыба тушёная в томате с овощами             | 120       | 13,74                  | 4,97   | 4,14       | 156,29                  | 72                    | 298/21                   |
|                                 | Пюре картофельное                           | 180       | 3,68                   | 5,76   | 24,53      | 164,67                  | 42                    | 312 / 17                 |
|                                 | Сок фруктовый (абрикосовый)                 | 200       | 1,00                   | 0,00   | 25,40      | 105,60                  | 98                    | 501 / 21                 |
|                                 | Хлеб пшеничный                              | 60        | 1,20                   | 0,78   | 32,52      | 141,91                  | 17                    | Пром.пр.                 |
|                                 | Хлеб ржаной                                 | 40        | 1,67                   | 0,66   | 17,37      | 82,90                   | 18                    | Пром.пр.                 |
| итого за завтрак                |                                             | 700       | 22,86                  | 14,874 | 107,75     | 656,714                 |                       |                          |
| Норма по СанПин                 |                                             | 25%       | 22,50                  | 23,00  | 95,75      | 680,00                  |                       |                          |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                             |           | 0,39                   | -8,83  | 3,13       | -0,86                   |                       |                          |
| неделя 2 -я<br>День 8 -й        | <b>ОБЕД</b>                                 |           |                        |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Помидор в нарезке                           | 100       | 1,17                   | 0,17   | 3,83       | 21,33                   | 2                     | 54-3а/22                 |
|                                 | Щи из свежей капусты со сметаной            | 250       | 1,42                   | 5,09   | 3,61       | 66,08                   | 21                    | 103 / 21                 |
|                                 | Макароны с овощами                          | 180       | 5,82                   | 5,69   | 38,19      | 229,08                  | 45                    | 205/17                   |
|                                 | Оладьи из печени                            | 120       | 13,07                  | 16,39  | 19,84      | 278,56                  | 53                    | 485/22                   |
|                                 | Кофейный напиток с молоком                  | 200       | 6,17                   | 4,89   | 22,80      | 159,53                  | 92                    | 465 / 21                 |
|                                 | Хлеб пшеничный                              | 50        | 1,00                   | 0,65   | 27,1       | 118,26                  | 17                    | Пром.пр.                 |
|                                 | Хлеб ржаной                                 | 40        | 1,67                   | 0,66   | 17,37      | 82,90                   | 18                    | Пром.пр.                 |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)                      | 105       | 0,42                   | 0,42   | 10,29      | 49,35                   | 99                    | 338 / 17                 |
| итого за обед                   |                                             | 1045      | 30,93                  | 34,093 | 143,04     | 1005,094                |                       |                          |
| Норма по СанПин                 |                                             | 35%       | 31,50                  | 32,20  | 134,05     | 952,00                  |                       |                          |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                             |           | -0,63                  | 2,06   | 2,35       | 1,95                    |                       |                          |
| неделя 2 -я<br>День 8 -й        | <b>ПОЛДНИК</b>                              |           |                        |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Чай с шиповником                            | 200       | 1,00                   | 0,20   | 15,4       | 68,10                   | 84                    | 836 / 22                 |
|                                 | Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным | 120       | 15,20                  | 4,18   | 12,21      | 131,02                  | 69                    | 514/22                   |
|                                 | Хлеб ржаной                                 | 30        | 1,40                   | 0,50   | 13,03      | 62,18                   | 18                    | Пром.пр.                 |
| итого за полдник                |                                             | 350       | 17,60                  | 4,878  | 40,65      | 261,295                 |                       |                          |
| Норма по СанПин                 |                                             | 10%       | 9,00                   | 9,20   | 38,30      | 272,00                  |                       |                          |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                             |           | 9,55                   | -4,70  | 0,65       | -0,39                   |                       |                          |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 53,79 | 48,97 | 250,78 | 1661,81 |
| Норма по СанПин                 | 60%   | 54,00 | 55,20  | 229,80  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -0,24 | -6,78  | 5,49    |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 48,53 | 38,97 | 183,68 | 1266,39 |
| Норма по СанПин                 | 45%   | 40,50 | 41,40  | 172,35  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 8,92  | -2,64  | 2,96    |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 71,38 | 53,84 | 291,43 | 1923,10 |
| Норма по СанПин                           | 70%   | 63,00 | 64,40  | 268,10  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | 9,32  | -11,47 | 6,09    |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г.

2 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                     | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре-<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|----------------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                        |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>9 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>                         |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Каша рисовая молочная жидкая           | 200          | 4.83                 | 9.01      | 29.31         | 217.66                          | 32                            | 236 / 21                       |
|                                 | Сыр твёрдых сортов в нарезке           | 30           | 7.00                 | 8.80      | 0             | 107.60                          | 12                            | 54-13/22                       |
|                                 | Масло сливочное (порциями)             | 10           | 0.10                 | 7.20      | 0.10          | 66.10                           | 11                            | 53-193/22                      |
|                                 | Чай с сахаром                          | 200          | 0.40                 | 0.00      | 8.60          | 28.20                           | 81                            | 457 / 21                       |
|                                 | Булочка домашняя                       | 50           | 3.07                 | 1.80      | 35.08         | 172.49                          | 77                            | 992/22                         |
|                                 | Хлеб ржаной                            | 40           | 1.87                 | 0.66      | 17.37         | 82.90                           | 18                            | Пром.пр.                       |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)                 | 105          | 0.42                 | 0.42      | 10.29         | 49.35                           | 99                            | 338 / 17                       |
| итого за завтрак                |                                        | 635          | 17.69                | 27.887    | 98.75         | 724.301                         |                               |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                        | 25%          | 22.50                | 23.00     | 95.75         | 680.00                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                        |              | -5.34                | 5.31      | 0.78          | 1.63                            |                               |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>9 -й  | <b>ОБЕД</b>                            |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Огурец в нарезке                       | 100          | 0.80                 | 0.20      | 2.50          | 14.20                           | 1                             | 54-23/22                       |
|                                 | Суп картофельный с бобовыми            | 250          | 6.30                 | 3.58      | 14.60         | 115.75                          | 26                            | 113 / 21                       |
|                                 | Голубцы ленивые                        | 100          | 11.00                | 12.00     | 4.00          | 173.00                          | 60                            | 333 / 21                       |
|                                 | Картофель запечённый в сметанном соусе | 180          | 5.99                 | 11.98     | 26.41         | 238.55                          | 44                            | 181 / 21                       |
|                                 | Сок фруктовый (абрикосовый)            | 200          | 1.00                 | 0.00      | 26.40         | 105.60                          | 98                            | 501 / 21                       |
|                                 | Хлеб пшеничный                         | 60           | 1.20                 | 0.78      | 32.52         | 141.91                          | 17                            | Пром.пр.                       |
|                                 | Хлеб ржаной                            | 40           | 1.87                 | 0.66      | 17.37         | 82.90                           | 18                            | Пром.пр.                       |
| итого за обед                   |                                        | 930          | 28.16                | 29.19     | 122.81        | 871.91                          |                               |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                        | 35%          | 31.50                | 32.20     | 134.05        | 952.00                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                        |              | -3.71                | -3.27     | -2.94         | -2.84                           |                               |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>9 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>                         |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Кисломолочный напиток                  |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Кефир (м. д. ж. 2,5%)                  | 200          | 5.80                 | 5.00      | 8.00          | 101.00                          | 97                            | 470 / 21                       |
|                                 | Котлеты морковные с творогом           | 120          | 5.12                 | 4.32      | 10.81         | 103.40                          | 39                            | 152 / 17                       |
| итого за полдник                |                                        | 350          | 12.08                | 9.890     | 29.76         | 259.295                         |                               |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                        | 10%          | 9.00                 | 9.20      | 38.30         | 272.00                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                        |              | 3.42                 | 0.75      | -2.25         | -0.47                           |                               |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 45.85 | 57.08 | 221.56 | 1896.21 |
| Норма по СанПиН 60%             | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -8.06 | 2.04  | -2.15  | -1.32   |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 40.23 | 39.08 | 152.56 | 1131.21 |
| Норма по СанПиН 45%             | 40.50 | 41.40 | 172.35 | 1224.00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -0.30 | -2.52 | -5.17  | -3.41   |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 57.92 | 66.97 | 251.32 | 1855.51 |
| Норма по СанПиН 70%                       | 63.00 | 64.40 | 268.10 | 1904.00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -5.54 | 2.79  | -4.38  | -1.75   |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 -2025 г.г.

2 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда             | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------|------------------------|-----------|---------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                |              | белки<br>Б             | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                                |                                |
| неделя                          | ЗАВТРАК                        |              |                        |           |               |                                 |                                |                                |
| 2 -я                            | Икра свекольная                | 100          | 1,50                   | 3,90      | 8,50          | 72,00                           | 9                              | 53 / 21                        |
| День                            | Азу из говядины с картофелем   | 200          | 15,06                  | 17,40     | 27,00         | 334,50                          | 57                             | 492/22                         |
|                                 | Компот из смеси сухофруктов    | 200          | 0,50                   | 0,00      | 19,90         | 81,00                           | 86                             | 54-1х/22                       |
| 10-й                            | Хлеб пшеничный                 | 60           | 1,20                   | 0,78      | 32,52         | 141,91                          | 17                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Хлеб ржаной                    | 30           | 1,40                   | 0,50      | 13,03         | 62,18                           | 18                             | Пром.пр.                       |
| итого за завтрак                |                                | 590          | 19,66                  | 22,270    | 100,85        | 681,884                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                | 25%          | 22,50                  | 23,00     | 95,75         | 680,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                |              | -3,15                  | -0,79     | -1,33         | -0,07                           |                                |                                |
| неделя                          | ОБЕД                           |              |                        |           |               |                                 |                                |                                |
|                                 | Помидор в нарезке              | 100          | 1,17                   | 0,17      | 3,83          | 21,33                           | 2                              | 34-3х/22                       |
| 2 -я                            | Суп картофельный с макаронами  | 250          | 3,05                   | 4,49      | 14,98         | 117,21                          | 30                             | 242/22                         |
|                                 | Курица по тайски               | 200          | 8,26                   | 9,82      | 39,43         | 279,13                          | 67                             | 588/22                         |
| День                            | Молоко кипячёное               | 200          | 5,80                   | 5,30      | 9,10          | 107,00                          | 96                             | 459 / 21                       |
|                                 | Кондитерские изделия (печенье) | 30           | 2,57                   | 7,40      | 20,48         | 138,79                          | 14                             | Пром.пр.                       |
| 10-й                            | Хлеб пшеничный                 | 60           | 1,20                   | 0,78      | 32,52         | 141,91                          | 17                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Хлеб ржаной                    | 40           | 1,87                   | 0,66      | 17,37         | 82,90                           | 18                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)         | 105          | 0,42                   | 0,42      | 10,29         | 49,35                           | 99                             | 338 / 17                       |
| итого за обед                   |                                | 985          | 24,33                  | 29,037    | 148,00        | 957,625                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                | 35%          | 31,50                  | 32,20     | 134,05        | 952,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                |              | -7,95                  | -3,44     | -3,64         | -0,21                           |                                |                                |
| неделя                          | ПОЛДНИК                        |              |                        |           |               |                                 |                                |                                |
|                                 | Кисломолочный напиток          |              |                        |           |               |                                 |                                |                                |
| 2 -я                            | Кефир (м. д. ж. 2,5%)          | 200          | 5,80                   | 5,00      | 8,00          | 101,00                          | 97                             | 470/ 21                        |
| День                            | Зразы картофельные             | 120          | 1,73                   | 3,98      | 13,97         | 98,64                           | 41                             | 152/17                         |
|                                 | Хлеб пшеничный                 | 30           | 0,60                   | 0,39      | 16,26         | 75,96                           | 17                             | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                |                                | 350          | 8,14                   | 9,372     | 38,23         | 270,597                         |                                |                                |
| Норма по СанПиН                 |                                | 10%          | 9,00                   | 9,20      | 38,30         | 272,00                          |                                |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                |              | -0,86                  | 0,19      | -0,02         | -0,05                           |                                |                                |

|                                 |        |       |        |         |
|---------------------------------|--------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 43,99  | 51,31 | 248,86 | 1639,51 |
| Норма по СанПиН 60%             | 54,00  | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -11,12 | -4,23 | 4,98   | 0,28    |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 32,47 | 38,41 | 186,23 | 1228,22 |
| Норма по СанПиН 45%             | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -8,02 | -3,25 | 3,62   | 0,16    |

|                                           |        |       |        |         |
|-------------------------------------------|--------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 52,13  | 60,68 | 287,08 | 1910,11 |
| Норма по СанПиН 70%                       | 63,00  | 64,40 | 268,10 | 1904,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -12,08 | -4,04 | 4,96   | 0,22    |



Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

2 - я неделя

Сезон : О С Е Н Ь

2024 -2025г.г.

| приём пищи                      | Наименование блюда            | Вес блюда                       | Пищевые вещества (г) |        |            | Энергетическая ценность | № рецептуры Тех.Карты | № по Сб. р-р / год. изд. |
|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|----------------------|--------|------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|
|                                 |                               |                                 | белки Б              | жиры Ж | углеводы У |                         |                       |                          |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>11 -й | <b>ЗАВТРАК</b>                |                                 |                      |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Котлета особая (мясная)       | 100                             | 15,72                | 18,45  | 11,92      | 276,14                  | 63                    | 269 / 17                 |
|                                 | Каша вязкая (гречневая)       | 180                             | 0,70                 | 6,01   | 22,63      | 147,38                  | 33                    | 303/17                   |
|                                 | Молоко кипячёное              | 200                             | 5,60                 | 5,30   | 9,10       | 107,00                  | 96                    | 469 / 21                 |
|                                 | Хлеб пшеничный                | 60                              | 1,20                 | 0,78   | 32,52      | 141,91                  | 17                    | Пром.пр                  |
|                                 | Хлеб ржаной                   | 30                              | 1,40                 | 0,50   | 13,03      | 62,18                   | 18                    | Пром.пр                  |
| итого за завтрак                |                               | 570                             | 24,82                | 30,983 | 89,20      | 734,609                 |                       |                          |
|                                 |                               | Норма по СанПин                 | 25%                  | 22,50  | 23,00      | 95,75                   | 680,00                |                          |
|                                 |                               | отклонение от нормы ( + / - ) % |                      | 2,32   | 8,68       | -1,74                   | 2,01                  |                          |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>11 -й | <b>ОБЕД</b>                   |                                 |                      |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Капуста с морковью в нарезке* | 100                             | 1,88                 | 1,79   | 7,06       | 51,99                   | 7                     | 54-31-529/22             |
|                                 | Свекольник со сметаной        | 250                             | 2,45                 | 5,39   | 12,49      | 100,33                  | 23                    | 98 /21                   |
|                                 | Рагу из овощей                | 180                             | 3,12                 | 14,19  | 16,70      | 176,70                  | 36                    | 334/22                   |
|                                 | фишболы                       | 120                             | 15,09                | 2,91   | 5,08       | 128,25                  | 76                    | 471/22                   |
|                                 | Кисель витаминный             | 200                             | 1,25                 | 0,25   | 46,56      | 193,35                  | 89                    | 481/21                   |
|                                 | Хлеб пшеничный                | 60                              | 1,20                 | 0,78   | 32,52      | 141,91                  | 17                    | Пром.пр                  |
|                                 | Хлеб ржаной                   | 50                              | 2,33                 | 0,83   | 21,72      | 103,63                  | 18                    | Пром.пр                  |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)**      | 100                             | 0,4                  | 0,40   | 9,9        | 47,00                   | 99                    | 333 / 17                 |
| итого за обед                   |                               | 1060                            | 27,72                | 26,529 | 151,93     | 943,168                 |                       |                          |
|                                 |                               | Норма по СанПин                 | 35%                  | 31,50  | 32,20      | 134,05                  | 952,00                |                          |
|                                 |                               | отклонение от нормы ( + / - ) % |                      | -4,20  | -6,16      | 4,67                    | -0,33                 |                          |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>11 -й | <b>ПОЛДНИК</b>                |                                 |                      |        |            |                         |                       |                          |
|                                 | Кофейный напиток с молоком    | 190                             | 5,57                 | 4,46   | 12,22      | 111,05                  | 94                    | 465 / 21                 |
|                                 | Рулет с макаронами и /        | 110                             | 1,78                 | 5,71   | 6,97       | 86,82                   | 58                    | 275/17                   |
|                                 | соус сметанный с томатом      | 20                              | 0,35                 | 1,00   | 1,40       | 16,02                   | 58                    | 331/17                   |
|                                 | Хлеб ржаной                   | 30                              | 1,40                 | 0,50   | 13,03      | 62,18                   | 18                    | Пром.пр                  |
| итого за полдник                |                               | 350                             | 9,10                 | 11,665 | 33,62      | 276,068                 |                       |                          |
|                                 |                               | Норма по СанПин                 | 10%                  | 9,00   | 9,20       | 38,30                   | 272,00                |                          |
|                                 |                               | отклонение от нормы ( + / - ) % |                      | 0,11   | 2,68       | -1,22                   | 0,15                  |                          |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 52,54 | 57,51 | 241,13 | 1677,77 |
| Норма по СанПин                 | 60%   | 54,00 | 55,20  | 229,80  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -1,62 | 2,51   | 2,96    |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 36,82 | 38,19 | 185,55 | 1219,23 |
| Норма по СанПин                 | 45%   | 40,50 | 41,40  | 172,35  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -4,09 | -3,48  | 3,45    |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 61,64 | 69,18 | 274,75 | 1953,84 |
| Норма по СанПин                           | 70%   | 63,00 | 64,40  | 268,10  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | -1,51 | 5,19   | 1,74    |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ь

2024 - 2025 гг.

1 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>Тех.Карты | № по<br>Сб.р-р<br>год. изд. |
|---------------------------------|------------------------------------|--------------|------------------------|-----------|---------------|---------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
|                                 |                                    |              | белки<br>Б             | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                                |                             |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>12 -й | <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                        |           |               |                                 |                                |                             |
|                                 | Говядина с овощами                 | 200          | 11,21                  | 11,96     | 10,54         | 181,26                          | 55                             | 498/22                      |
|                                 | Оладьи и / соус<br>шоколадный**    | 60           | 2,23                   | 7,23      | 4,72          | 116,79                          | 78                             | 501/17                      |
|                                 |                                    | 20           | 0,51                   | 0,40      | 6,38          | 30,86                           | 78                             | 692 / 22                    |
|                                 | Кофейный напиток с молоком         | 180          | 5,32                   | 4,98      | 14,16         | 117,79                          | 93                             | 54-33/12                    |
|                                 | Хлеб пшеничный                     | 60           | 1,20                   | 0,78      | 32,52         | 141,91                          | 17                             | Пром.пр.                    |
|                                 | Хлеб ржаной                        | 40           | 1,87                   | 0,66      | 17,37         | 82,90                           | 18                             | Пром.пр.                    |
| итого за завтрак                |                                    | 560          | 22,55                  | 26,410    | 85,69         | 671,499                         |                                |                             |
| Норма по СанПиН                 |                                    | 25%          | 22,50                  | 23,00     | 95,75         | 680,00                          |                                |                             |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                    |              | 0,05                   | 2,62      | -2,63         | -0,31                           |                                |                             |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>12 -й | <b>ОБЕД</b>                        |              |                        |           |               |                                 |                                |                             |
|                                 | Свекла с яблоком*                  | 100          | 1,09                   | 1,06      | 12,70         | 64,04                           | 10                             | 63 / 22                     |
|                                 | Щи "Новгородские" (со сметаной)    | 250          | 1,90                   | 3,06      | 8,94          | 70,83                           | 22                             | 287 / 22                    |
|                                 | Котлеты нежные                     | 100          | 18,74                  | 11,96     | 6,83          | 209,94                          | 71                             | 373 / 21                    |
|                                 | Плов с изюмом и /овощи             | 135          | 3,39                   | 9,18      | 22,71         | 180,59                          | 47                             | 154 / 17                    |
|                                 | консервированные отварные          | 45           | 0,9                    | 0,15      | 4,575         | 23,475                          | 47                             | 187 / 22                    |
|                                 | Сок фруктовый (яблочный)           | 180          | 0,90                   | 0,18      | 18,18         | 77,40                           | 98                             | 501 / 21                    |
|                                 | Кондитерские изделия (мармелад)*** | 13,5         | 0,65                   | 0,09      | 7,42          | 40,29                           | 15                             | Пром.пр.                    |
|                                 | Хлеб пшеничный                     | 60           | 1,20                   | 0,78      | 32,52         | 141,91                          | 17                             | Пром.пр.                    |
|                                 | Хлеб ржаной                        | 40           | 1,87                   | 0,66      | 17,37         | 82,90                           | 18                             | Пром.пр.                    |
|                                 | Плоды свежие (банан)**             | 100          | 1,50                   | 0,10      | 11,80         | 54,10                           | 100                            | 82 / 21                     |
| итого за обед                   |                                    | 1023,5       | 32,14                  | 27,225    | 143,04        | 945,502                         |                                |                             |
| Норма по СанПиН                 |                                    | 35%          | 31,50                  | 32,20     | 134,05        | 952,00                          |                                |                             |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                    |              | 0,71                   | -5,41     | 2,35          | -0,24                           |                                |                             |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>12 -й | <b>ПОЛДНИК</b>                     |              |                        |           |               |                                 |                                |                             |
|                                 | Чай с молоком                      | 200          | 1,80                   | 1,10      | 6,97          | 45,15                           | 85                             | 460 / 21                    |
|                                 | Голубцы с мясом и рисом и /соус    | 90           | 3,26                   | 3,85      | 10,87         | 100,42                          | 59                             | 287 / 17                    |
|                                 | / Соус сметанный                   | 30           | 0,74                   | 0,66      | 2,24          | 17,95                           | 59                             | 330 / 17                    |
|                                 | Хлеб ржаной                        | 30           | 1,40                   | 0,50      | 13,03         | 62,18                           | 18                             | Пром.пр.                    |
| итого за полдник                |                                    | 350          | 7,20                   | 6,104     | 33,11         | 225,698                         |                                |                             |
| Норма по СанПиН                 |                                    | 10%          | 9,00                   | 9,20      | 38,30         | 272,00                          |                                |                             |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                    |              | -2,00                  | -3,37     | -1,35         | -1,70                           |                                |                             |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 54,68 | 52,63 | 228,73 | 1617,00 |
| Норма по СанПиН 60%             | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | 0,76  | -2,79 | -0,28  | -0,55   |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 39,33 | 33,33 | 176,15 | 1171,20 |
| Норма по СанПиН 45%             | 40,50 | 31,40 | 172,35 | 1224,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -1,30 | 8,77  | 0,99   | -1,54   |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 61,88 | 58,74 | 261,84 | 1842,70 |
| Норма по СанПиН 70%                       | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -1,25 | -6,15 | -1,53  | -2,25   |

Россия Краснодарский край

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г.

1-я неделя

| Возрастная категория: 12 лет и старше<br>меню завтраки 12-тидневка<br>1 - я неделя |          |     | Пищевые вещества ( г ) |       |          | Энергетическая<br>ценность |        |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|------------------------|-------|----------|----------------------------|--------|
|                                                                                    |          |     | белки                  | жиры  | углеводы |                            |        |
|                                                                                    |          |     | Б                      | Ж     | У        |                            |        |
| Суточная потребность по СанПиН<br>СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20                       |          |     | 100%                   | 90    | 92,0     | 383                        | 2720   |
| 12-18 л                                                                            | ЗАВТРАКИ | 25% | 22,50                  | 23,00 | 95,75    | 680,00                     |        |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |          |     |                        | 22,96 | 22,05    | 97,58                      | 677,66 |
| отклонение от нормы ( + / - )                                                      |          |     | %                      | 0,51  | -1,04    | 0,48                       | -0,09  |

|                                |       |     |       |       |        |        |       |
|--------------------------------|-------|-----|-------|-------|--------|--------|-------|
| 12-18 л                        | ОБЕДЫ | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 |       |
| Среднее за 6 дней (фактически) |       |     | 33,74 | 34,05 | 124,56 | 938,94 |       |
| отклонение от нормы { + / - }  |       |     | %     | 2,49  | 2,01   | -2,48  | -0,48 |

|                                |          |     |       |      |       |        |
|--------------------------------|----------|-----|-------|------|-------|--------|
| 12-18 л                        | ПОЛДНИКИ | 10% | 9,00  | 9,20 | 38,30 | 272,00 |
| Среднее за 6 дней (фактически) |          |     | 7,77  | 9,99 | 40,20 | 281,99 |
| отклонение от нормы ( + / - )  |          | %   | -1,37 | 0,86 | 0,50  | 0,37   |

|                                |                  |     |       |       |        |         |       |
|--------------------------------|------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|
| 12-18 л                        | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |       |
| Среднее за 6 дней (фактически) |                  |     | 56,71 | 56,10 | 222,14 | 1616,60 |       |
| отклонение от нормы { + / - }  |                  |     | %     | 3,01  | 0,98   | -2,00   | -0,57 |

|                                |                  |     |       |       |        |         |       |
|--------------------------------|------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|
| 12-18 л                        | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |       |
| Среднее за 6 дней (фактически) |                  |     | 41,51 | 44,05 | 164,76 | 1220,93 |       |
| отклонение от нормы ( + / - )  |                  |     | %     | 1,12  | 2,88   | -1,98   | -0,11 |

|                                |                             |     |       |       |        |         |       |
|--------------------------------|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|
| 12-18 л                        | ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 |       |
| Среднее за 6 дней (фактически) |                             |     | 64,47 | 66,09 | 262,34 | 1898,58 |       |
| отклонение от нормы ( + / - )  |                             |     | %     | 1,64  | 1,84   | -1,50   | -0,20 |

2 - я неделя

|                                |          |     |       |       |       |        |
|--------------------------------|----------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 12-18 л                        | ЗАВТРАКИ | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 |
| Среднее за 6 дней (фактически) |          |     | 22,04 | 23,95 | 93,92 | 682,34 |
| отклонение от нормы ( + / - )  |          |     | %     | -0,51 | 1,04  | -0,48  |

|                                |       |     |       |       |        |        |
|--------------------------------|-------|-----|-------|-------|--------|--------|
| 7-11 л                         | ОБЕДЫ | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 |
| Среднее за 6 дней (фактически) |       |     | 29,26 | 30,35 | 143,54 | 965,06 |
| отклонение от нормы (+ / -)    |       | %   | -2,49 | -2,01 | 2,48   | 0,48   |

|                                |          |     |       |      |       |        |
|--------------------------------|----------|-----|-------|------|-------|--------|
| 12-18 л                        | ПОЛДНИКИ | 10% | 9,00  | 9,20 | 38,30 | 272,00 |
| Среднее за 6 дней (фактически) |          |     | 10,23 | 8,41 | 36,40 | 262,01 |
| отклонение от нормы { + / - }  |          |     | %     | 1,37 | -0,86 | -0,50  |
|                                |          |     |       |      | -0,37 |        |

|                                |                  |     |       |       |        |         |
|--------------------------------|------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| 12-18 л                        | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| Среднее за 6 дней (фактически) |                  |     | 51,29 | 54,30 | 237,46 | 1647,40 |
| отклонение от нормы { + / - }  |                  | %   | -3,01 | -0,98 | 2,00   | 0,57    |

|         |                                |     |       |       |        |         |
|---------|--------------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| 12-18 л | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ               | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |
|         | Среднее за 6 дней (фактически) |     | 39,49 | 38,75 | 179,94 | 1227,07 |
|         | отклонение от нормы ( + / - )  | %   | -1,12 | -2,88 | 1,98   | 0,11    |

|                                |                             |     |       |       |        |         |      |
|--------------------------------|-----------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|------|
| 12-18 л                        | ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 |      |
| Среднее за 6 дней (фактически) |                             |     | 61,53 | 62,71 | 273,86 | 1909,42 |      |
| отклонение от нормы ( + / - )  |                             |     | %     | -1,64 | -1,64  | 1,50    | 0,20 |



1-я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

**12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ  
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**

**для учащихся в общеобразовательном учреждении**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ь

2024 - 2025 г.г.

| Возрастная категория: 12 лет и старше<br>меню завтраки 12-тидневка |          |     | Пищевые вещества ( г ) |           |               | Энергетическая<br>ценность |      |
|--------------------------------------------------------------------|----------|-----|------------------------|-----------|---------------|----------------------------|------|
|                                                                    |          |     | белки<br>Б             | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                            |      |
| Суточная потребность по СанПиН<br>СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20       |          |     | 100%                   | 90        | 92            | 383                        | 2720 |
| 12-18 л                                                            | ЗАВТРАКИ | 25% | 22,50                  | 23,00     | 95,75         | 680,00                     |      |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |          |     | 22,50                  | 23,00     | 95,75         | 680,00                     |      |
| отклонение от нормы ( + / - )                                      |          |     | %                      | 0,00      | 0,00          | 0,00                       | 0,00 |

|                                 |       |     |       |       |        |        |
|---------------------------------|-------|-----|-------|-------|--------|--------|
| 12-18 л                         | ОБЕДЫ | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 |
| Среднее за 12 дней (фактически) |       |     | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 |
| отклонение от нормы (+/-) %     |       |     | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00   |

|                                 |          |     |      |      |       |        |
|---------------------------------|----------|-----|------|------|-------|--------|
| 12-18 л                         | ПОЛДНИКИ | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 |
| Среднее за 12 дней (фактически) |          |     | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 |
| отклонение от нормы (+/-) %     |          |     | 0,00 | 0,00 | 0,00  | 0,00   |

|                                 |                  |     |       |       |        |         |
|---------------------------------|------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| 12-18 л                         | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| Среднее за 12 дней (фактически) |                  |     | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 |
| отклонение от нормы (+/-) %     |                  |     | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00    |

|                                 |                  |     |       |       |        |         |
|---------------------------------|------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| 12-18 л                         | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |
| Среднее за 12 дней (фактически) |                  |     | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 |
| отклонение от нормы (+/-) %     |                  |     | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00    |

|                                 |                           |     |       |       |        |         |
|---------------------------------|---------------------------|-----|-------|-------|--------|---------|
| 12-18 л                         | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ ПОЛДНИКИ | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 |
| Среднее за 12 дней (фактически) |                           |     | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 |
| отклонение от нормы (+/-) %     |                           |     | 0,00  | 0,00  | 0,00   | 0,00    |

Ответственный за разработку меню инженер-технолог



/Ткаченко А.Н./

**Литература:**

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 2 СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ для обучающихся образовательных организаций СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСРОЗ» — М.: Издатель научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с.
- 4 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) ФГБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)
- 5 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост. А.Н. Перевалов. Н.В. Гапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.