

Сотникова  
директор лицея "МТ"  
Сотникова И.Г. Маркова

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА**

**2023 - \_\_\_ г.г.**

**Возрастная категория: с 7 до 11 лет**

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2023 г.

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя  1 -я  День 1 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	205	5,16	6,52	32,180	208,00	236 / 21	
	сыр твёрдых сортов в нарезке	20	4,67	5,87	0	71,67	54-1з / 22г	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,80	54-2гн / 22	
	Кондитерские изделия ( Печенье )	25	1,88	3,35	16,60	97,40	Пром.пр.	
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60	Пром.пр.	
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71	Пром.пр.	
Фрукты свежие ( апельсин )	105	0,95	0,21	12,82	56,97	82 / 21		
<b>итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>15,33</b>	<b>16,728</b>	<b>95,44</b>	<b>587,150</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин 25%			<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>0,35 ккал</b>	
отклонение от нормы + / - %			-5,09	-3,83	3,49	-0,01		
неделя  1 -я  День 1 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6,60	70 / 17	
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,04	2,860	11,68	92,60	113 / 21	
	Котлеты "Нежные"	90	7,81	11,16	19,28	208,32	373 / 21	
	Рагу из овощей	150	2,757	9,705	29,703	231,19	143 / 17	
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	23,4	97,60	501 / 21	
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29	Пром.пр.	
Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07	Пром.пр.		
<b>итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>20,71</b>	<b>24,923</b>	<b>124,74</b>	<b>819,668</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин 35%			<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>2,83 ккал</b>	
отклонение от нормы + / - %			-8,10	-3,45	2,24	-0,12		
неделя 1 -я День 1 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25	465 / 21	
	Бутерброд с сыром	10 / 30	3,866	3,222	12,604	48,01	ТТК / 3 / 17	
Фрукты свежие (банан)	140	0,48	0,480	11,76	56,40	82 / 21		
<b>итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>9,55</b>	<b>8,450</b>	<b>42,24</b>	<b>239,66</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин 10%			<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>-4,66 ккал</b>	
отклонение от нормы + / - %			2,40	0,70	2,61	0,20		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>36,04</b>	<b>41,65</b>	<b>220,18</b>	<b>1406,82</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>
Норма по СанПин 60%			<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	<b>3,18 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-13,19	-7,28	5,73	-0,14	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>30,26</b>	<b>33,37</b>	<b>166,98</b>	<b>1059,33</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>
Норма по СанПин 45%			<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	<b>-1,83 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-5,70	-2,76	4,84	0,08	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>45,59</b>	<b>50,10</b>	<b>262,42</b>	<b>1646,480</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>
Норма по СанПин 70%			<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,00</b>	<b>-1,480 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-10,79	-6,58	8,34	-1,480	



## 1-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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя	Запеканка из творога / и джем	135 / 25	23,39	7,87	33,02	320,64		223 / 17
	Чай с молоком	200	3,1	2,2	10,95	75,70		460/21
1 -я	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,09		14 / 17
День	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38		Пром.пр.
2 -й	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40		338 / 17
итого за завтрак		520	28,21	18,215	72,12	592,209	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	-4,71 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			11,63	-1,94	-3,47	0,20		
<b>ОБЕД</b>								
неделя	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80		150 / 21
	Свекольник	200	1,78	4,73	19,49	127,63		98 / 21
1 -я	Печень, тушёная в соусе сметанном	100	16,60	13,55	23,56	282,38		359/21
День	Картофель отварной / и овощи отварные	75/75	3,2	3	13,50	94,0		392 / 21
2 -й	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00		54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
итого за обед		780	26,27	27,602	116,45	818,810	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	3,69 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,88	-0,06	-0,24	-0,16		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя	Чай с яблоком и сахаром	200	0,348	0,048	7,726	32,83		54-46гн/22
	Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом	98 / 20	7,114	7,184	16,992	162,08		276 / 17
2 -й	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
итого за полдник		338	8,59	7,532	33,09	235,620	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	-0,62 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,16	-0,47	-0,12	0,03		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		54,48	45,82	188,57	1411,02	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	-1,02 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			10,753	-2,004	-3,711	0,043	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		34,87	35,13	149,54	1054,43	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		45%	34,65	35,55	1057,50	3,07 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,28	-0,53	-0,36	-0,13	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		63,07	53,35	221,66	1646,639	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин		70%	53,90	55,30	1645,00	-1,639 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			11,91	-2,47	-3,83	0,07	



10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

## 1-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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10		54-20з/22
	Тефтели рыбные	90 / 20	11,16	13,42	5,38	186,92		239/17
	Пюре картофельное	155	3,169	4,96	21,098	141,83		312 / 17
3 -й	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60		501 / 21
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>19,51</b>	<b>19,259</b>	<b>82,72</b>	<b>582,753</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	4,747 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,335	-0,621	-0,308	-0,202		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я	Икра секольная	60	0,9	2,16	5,1	43,20		53 / 21
	Борщ из свежей капусты	200	1,04	3,5	4,8	54,80		93 / 21
День 3 -й	Гуляш из говядины	50 / 50	14,592	14,439	3,038	201,29		54-2м / 22
	Каша вязкая (ячневая)	150	2,3	5,163	33,539	166,19		303 / 17
3 -й	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25		465 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,29		82 / 21
<b>итого за обед</b>		<b>890</b>	<b>28,00</b>	<b>31,488</b>	<b>112,41</b>	<b>824,375</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-1,88 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,36	4,86	-1,44	0,08		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101		470 / 21
	Котлеты морковные с творогом и / / соус яблочный	100 / 25	2,02	2,33	16,77	91,85		152 / 17 337/17
3 -й	Хлеб пш. (батон)	20	0,77	0,38	10,28	45,22		Пром.пр.
	<b>итого за полдник</b>		<b>345</b>	<b>8,59</b>	<b>7,707</b>	<b>35,05</b>	<b>238,074</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	-3,074 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,15	-0,24	0,46	0,13		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>47,50</b>	<b>50,75</b>	<b>195,13</b>	<b>1407,13</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			60%	46,20	47,40	201,00	2,87 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,69	4,24	-1,75	-0,12		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>36,58</b>	<b>39,20</b>	<b>147,47</b>	<b>1062,45</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			45%	34,65	35,55	150,75	-4,95 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,51	4,61	-0,98	0,21		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>56,09</b>	<b>58,45</b>	<b>234,50</b>	<b>1845,892</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин			70%	53,90	55,30	234,50	1093,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,85	3,99	-1,29	0,01		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

1-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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Овощи консервированный порциями (капуста квашеная)	60	1,03	3,00	5,08	51,42		149 / 21
	Плов	200	10,08	17,869	30,094	321,52		265 / 17
	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	17,50	72,00		494 / 21
	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>Итого за завтрак</b>		<b>520</b>	<b>14,08</b>	<b>21,732</b>	<b>82,72</b>	<b>583,479</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	4,021 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,72	2,51	-0,31	-0,17		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Икра морковная	60	0,84	2,28	3,9	39,60		54 / 21
	Суп картофельный с клецками	200	2,62	2,79	13,65	90,430		ТТК/115 / 21
	Котлеты "Пермские"	90	15,14	13,195	11,680	226,04		341 / 21
	Картофель в молоке	150	3,27	5,78	23,000	148,62		127 / 17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00		501 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		338 / 17
<b>Итого за обед</b>		<b>900</b>	<b>26,97</b>	<b>25,863</b>	<b>123,850</b>	<b>827,327</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-4,83 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,03	-2,26	1,97	0,21		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Чай с лимоном и сахаром	200	0,4	0	6,75	28,60		54-3гн/22
	Рыба запечённая с яйцом	90	0,63	2,961	7,65	102,77		301 / 21
	Кондитерские изделия (Печенье)	15	0,86	2,47	8,16	58,26		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>Итого за полдник</b>		<b>325</b>	<b>3,02</b>	<b>5,728</b>	<b>30,93</b>	<b>230,345</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	4,65 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,08	-2,75	-0,77	-0,20		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	41,05	47,60	206,57	1410,81	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	-0,81 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,69	0,25	1,66	0,03

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	29,99	31,59	154,78	1057,67	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	-0,17 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,06	-5,01	1,20	0,01

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	44,06	53,32	237,51	1645,00	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	3,849 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-12,78	-2,50	0,90	-0,16



Россия Краснодарский край

10 - тидневное меню приготавливаемых блюд школьных ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

1-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			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
1 -я	Овощи натуральные солёные (огурец)	60	0,48	0,06	1,02	6,60		70 / 17
<b>День</b>	Шницель рыбный натуральный	90	9,45	10,06	6,18	145,04		235 / 17
5 -й	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	6,58	12,01	26,66	216,01		181 / 21
	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0,727	0,11	32,68	134,63		ТТК/485/21
	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>19,13</b>	<b>22,816</b>	<b>85,75</b>	<b>591,91</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>587,50</b>	<b>-4,41 ккал</b>	
		<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>-0,16</b>	<b>3,88</b>	<b>0,60</b>	<b>0,19</b>		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
1 -я	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,30		54-21з/22
<b>День</b>	Суп с крупой и фрикадельками	200	6,8	7,06	7,90	122,20		126 / 21
5 -й	Макароны отварные с сыром	150	6,341	8,809	17,55	136,85		204 / 17
	Сырники из творога запечённые	120	8,96	6,36	21,48	218,40		286 / 21
	Какао с молоком и витаминами	200	6,27	5,02	18,31	142,51		502 / 21
	Хлеб пшеничный	30	1,16	0,41	16,26	73,38		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
	Фрукты свежие ( апельсин )	105	0,95	0,21	12,82	56,97		82 / 21
<b>итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>32,80</b>	<b>28,374</b>	<b>108,80</b>	<b>822,320</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>	<b>0,18 ккал</b>	
		<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>7,60</b>	<b>0,92</b>	<b>-2,52</b>	<b>-0,01</b>		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
1 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5% ))	200	5,8	5	8	101,00		470 / 21
<b>День</b>	Зразы картофельные и / соус молочный	90 / 20	2,186	4,808	7,342	81,38		150 / 17
5 -й	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>8,756</b>	<b>10,083</b>	<b>26,18</b>	<b>231,3</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>7,70</b>	<b>7,90</b>	<b>33,50</b>	<b>235,00</b>	<b>3,70 ккал</b>	
		<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>1,37</b>	<b>2,76</b>	<b>-2,18</b>	<b>-0,16</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>51,93</b>	<b>51,19</b>	<b>194,55</b>	<b>1414,23</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>46,20</b>	<b>47,40</b>	<b>201,00</b>	<b>1410,00</b>	<b>-4,23 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>7,44</b>	<b>4,80</b>	<b>-1,93</b>	<b>0,18</b>		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>41,56</b>	<b>38,46</b>	<b>134,98</b>	<b>1053,62</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>34,65</b>	<b>35,55</b>	<b>150,75</b>	<b>1057,50</b>	<b>3,88 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>8,97</b>	<b>3,68</b>	<b>-4,71</b>	<b>-0,17</b>		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>60,69</b>	<b>61,27</b>	<b>220,73</b>	<b>1645,53</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>53,90</b>	<b>55,30</b>	<b>234,50</b>	<b>1645,53</b>	<b>234,50 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>8,81</b>	<b>7,56</b>	<b>-4,11</b>	<b>0,02</b>		

**1-я неделя**

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдни 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдни 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдни 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20			77	79,0	335	2350	белки	0,00
							жиры	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00
Среднее за 5 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00



Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ 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 День 6 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10		54-20з/22
	( сложный гарнир ) Омлет натуральный и / Бигус	120 / 80	3,079	10,672	12,961	160,21		210 / 17 329/21
	Кофейный напиток с молоком	200	5,644	5,028	15,334	129,32		54-23гн/22
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,00		338 / 17
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>625</b>	<b>21,07</b>	<b>22,451</b>	<b>75,21</b>	<b>590,503</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
	Норма по СанПин 25%		19,25	19,75	83,75	587,50	-3,00 ккал	
	отклонение от нормы (+ / -) %		2,36	3,42	-2,55	0,13		
неделя 2 -я День 6 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Овощи консервированный порциями (капуста квашеная)	60	1,03	3,00	5,08	51,42		149 / 21
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,32	3,32	16,536	99,30		ТТК/129 / 21
	Биточки рыбные	90	16,58	15,33	11,80	251,49		234/17
	Рагу из овощей	150	2,85	6,45	14,025	127,50		177 / 21
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60		501 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
<b>Итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>27,40</b>	<b>29,240</b>	<b>112,50</b>	<b>818,671</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
	Норма по СанПин 35%		26,95	27,65	117,25	822,50	3,83 ккал	
	отклонение от нормы (+ / -) %		0,58	2,01	-1,42	-0,16		
неделя 2 -я День 6 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,3	0,01	14,76	61,11		494 / 21
	Котлеты из овощей	105	4,32	7,43	10,09	124,46		187 / 21
	Хлеб пшеничный	20	0,77	0,275	10,84	48,92		Пром.пр.
<b>Итого за полдник</b>	<b>325</b>	<b>5,39</b>	<b>7,714</b>	<b>35,68</b>	<b>234,483</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>		
	Норма по СанПин 10%		7,70	7,90	33,50	235,00	0,52	
	отклонение от нормы (+ / -) %		-3,01	-0,24	0,65	-0,02		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		48,46	51,69	187,70	1409,17	<b>отклонение (+ / -)</b>	
	Норма по СанПин 60%		46,20	47,40	201,00	1410,00	0,83 ккал
	отклонение от нормы (+ / -) %		2,94	5,43	-3,97	-0,04	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		32,78	36,95	148,18	1053,15	<b>отклонение (+ / -)</b>	
	Норма по СанПин 45%		34,65	35,55	150,75	1057,50	4,35 ккал
	отклонение от нормы (+ / -) %		-2,42	1,78	-0,77	-0,18	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		53,85	59,41	223,38	1643,66	<b>отклонение (+ / -)</b>	
	Норма по СанПин 70%		53,90	55,30	234,50	1645,00	1,34 ккал
	отклонение от нормы (+ / -) %		-0,07	5,20	-3,32	-0,06	



## 2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 7 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Икра свекольная	60	1,3	4,2	6,8	71,40		54-15з/22
	Жаркое по - дормашнему	200	15,405	10,805	25,935	275,76		259/17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,10	80,77		495 / 21
	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,83		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>530</b>	<b>20,52</b>	<b>16,105</b>	<b>87,10</b>	<b>586,825</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	0,67 ккал	
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,64	-4,61	1,00	-0,03		
неделя 2 -я День 7 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Маринад овощной с томатом	60	0,75	5,325	5,85	74,63		54-23з/22
	Щи из свежей капусты	200	1,04	3,54	2,76	47,200		103 / 21
	Плов из птицы	190	16,32	9,884	37,994	297,81		291 / 17
	Чай с молоком	200	3,1	2,2	10,95	75,70		460/21
	Кондитерские изделия ( Печенье )	30	2,25	3,53	22,32	130,09		Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	40	1,54	0,55	21,68	97,87		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290		82/ 21
<b>итого за обед</b>		<b>850</b>	<b>27,04</b>	<b>25,823</b>	<b>122,51</b>	<b>824,656</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-2,16 ккал	
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,11	-2,31	1,57	0,09		
неделя 2 -я День 7 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5% ))	200	5,8	5	8	101		470 / 21
	Котлеты картофельные с творогом и / / соус молочный	100 / 20	1,12	2,42	16,35	91,62		149 / 17 327/17
	Хлеб пш. (батон )	20	0,77	0,38	10,28	45,22		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>340</b>	<b>7,69</b>	<b>7,795</b>	<b>34,63</b>	<b>237,835</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	-2,84 ккал	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,01	-0,13	0,34	0,12		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		47,55	41,93	209,61	1411,48	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	-1,48 ккал	
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,75	-6,93	2,57	0,06	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		34,73	33,62	157,14	1062,49	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин		45%	34,65	35,55	1057,50	-4,99 ккал	
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,10	-2,45	1,91	0,21	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		55,24	49,72	244,24	1649,32	<b>отклонение ( + / - )</b>	
Норма по СанПин		70%	53,90	55,30	1645,00	-4,32 ккал	
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,74	-7,06	2,91	0,18	



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 День 8 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная жидкая	205	6,22	5,6	35,240	209,0		230/21
	Масло (порциями )	10	0,08	7,25	0,13	66,09		14 / 17
	Какао с молоком	200	6,20	4,98	15,54	130,88		462 /21
	Хлеб пшеничный	35	1,35	0,48	18,97	85,60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,16	12,821	55,946		82 / 21
<b>итого за завтрак</b>		<b>575</b>	<b>15,80</b>	<b>18,769</b>	<b>91,07</b>	<b>588,233</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	-0,73 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,48	-1,24	2,19	0,03		
2 -я День 8 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Овощи натуральные солёные (помидор)	60	0,67	0,06	2,1	11,63		70/ 17
	Суп гороховый	200	4,08	2,22	14,56	94,58		54-25с/22
	Тефтели. Белип	105	15,19	5,74	10,01	152,60		288/21
	Капуста тушёная / и	80 / 70	1,947	16,16	4,93	172,93		321 /17
	Каша вязкая (пшеничная)		1,87	1,98	11,46	71,12		303/17
	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0,727	0,11	32,68	134,63		ТТК/485/21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>795</b>	<b>28,10</b>	<b>27,41</b>	<b>115,39</b>	<b>820,86</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	1,64 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			1,50	-0,30	-0,55	-0,07		
неделя 2 -я День 8 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00		501 /21
	Котлета школьная и /соус молочный	80 / 20	5,18	6,90	6,21	108,27		347/21
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>7,31</b>	<b>7,402</b>	<b>34,78</b>	<b>234,978</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	0,02 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,51	-0,63	0,38	0,00		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			43,90	46,18	206,47	1409,09	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	0,91 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,99	-1,54	1,63	-0,04		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			35,41	34,81	150,18	1055,84	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	1,66 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,99	-0,93	-0,17	-0,07		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			51,21	53,58	241,25	1644,07	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	0,93 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,50	-2,17	2,25	-0,93		



Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_ г.г.

## 2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
2 -я	Икра кабачковая (пром. производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80		150 / 21
<b>День</b>	(сложный гарнир) Макароны изделия отварные и / Овощи припущенные	110 / 40	4,07 0,56	3,603 1,051	21,67 2,75	144,71 22,72		256 / 21 136 / 17
9-й	Печень по-строгановски	100	10,57	11,32	14,84	178,11		255 / 17
	чай с лимоном и сахаром	200	0,4	0	6,75	28,60		54-3гн/22
	Хлеб пшеничный	42	1,61	0,57	22,76	102,72		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>572</b>	<b>19,48</b>	<b>22,187</b>	<b>81,77</b>	<b>588,363</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		25%	19,25	19,75	83,75	587,50	-0,86 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,30	3,08	-0,59	0,04		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,30		54-21з/22
	Суп из овощей	200	1,6	3,62	5,06	59,200		116/21
2 -я	Котлеты домашние	90	7,07	8,39	22,52	173,81		271 / 17
<b>День</b>	Омлет с отварным картофелем	180	12,42	15,48	12,78	241,20		276/21
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,00	19,80	81,00		54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
9-й	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>26,89</b>	<b>29,303</b>	<b>117,68</b>	<b>823,155</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-0,65 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,08	2,09	0,13	0,03		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
2 -я	Кисломолочный напиток (Кефир (м.д.ж. 2,5%))	200	5,8	5	8	101		470 / 21
<b>День</b>	Биточек рисовый с морковью /и соус молочный	100 / 20	1,75	2,032	17,22	94,17		193/ 17
9-й	Хлеб пш. (батон)	17	0,66	0,33	8,74	40,57		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>337</b>	<b>8,21</b>	<b>7,362</b>	<b>33,96</b>	<b>235,738</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин		10%	7,70	7,90	33,50	235,00	-0,74 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,66	-0,68	0,14	0,03		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>46,37</b>	<b>51,49</b>	<b>199,45</b>	<b>1411,52</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	-1,52 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,21	5,18	-0,46	0,06

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>35,10</b>	<b>36,67</b>	<b>151,64</b>	<b>1058,89</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	-1,39 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,58	1,41	0,27	0,06

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>54,58</b>	<b>58,85</b>	<b>233,41</b>	<b>1647,26</b>	<b>отклонение (+ / -)</b>	
Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	-2,26 ккал	
отклонение от нормы (+ / -) %			0,88	4,50	-0,33	0,06



## 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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Икра морковная	60	1,2	4,2	6,0	67,95		54-123/22
	Рагу из птицы	200	14,14	13,85	21,93	266,62		289/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0,2	20,2	86,00		501/ 21
	Хлеб пшеничный	50	1,93	0,69	27,1	122,29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
итого за завтрак		<b>530</b>	<b>19,39</b>	<b>19,238</b>	<b>83,61</b>	<b>583,576</b>	отклонение (+ / - )	
		Норма по СанПин	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	3,92 ккал
отклонение от нормы (+ / - ) %			0,18	-0,65	-0,04	-0,17		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Маринад овощной со свеклой	60	0,576	5,436	4,68	69,96		434/21
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,48	3,54	5,560	60,00		95 / 21
	Котлета рыбная любительская	100	10,157	6,344	21,299	193,47		308/21
	Каша вязкая ( пшённая )	150	4,183	5,01	23,942	157,50		303/17
	Кофейный напиток с молоком	200	5,20	4,75	17,88	135,25		465 / 21
	Хлеб пшеничный	44	1,69	0,61	23,848	107,62		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,70	0,45	12,56	61,07		Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	0,34	0,34	8,4	40,290		82/ 21
итого за обед		<b>884</b>	<b>25,33</b>	<b>26,473</b>	<b>118,17</b>	<b>825,161</b>	отклонение (+ / - )	
		Норма по СанПин	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	-2,66 ккал
отклонение от нормы (+ / - ) %			-2,11	-1,49	0,27	0,11		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Чай с яблоком и апельсином	200	0,48	0,1	8,17	34,90		ТТК/54-20гн/22
	Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный	80 /20	8,29	8,84	11,91	156,35		ТТК/357 / 21
	Хлеб ржаной	20	1,13	0,3	8,373	40,71		Пром.пр.
итого за полдник		<b>320</b>	<b>9,91</b>	<b>9,227</b>	<b>28,45</b>	<b>231,966</b>	отклонение (+ / - )	
		Норма по СанПин	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	3,03 ккал
отклонение от нормы (+ / - ) %			2,87	1,68	-1,51	-0,13		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>44,72</b>	<b>45,71</b>	<b>201,77</b>	<b>1408,74</b>	отклонение (+ / - )		
		Норма по СанПин	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	1,26 ккал
отклонение от нормы (+ / - ) %			-1,92	-2,14	0,23	-0,05		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>35,24</b>	<b>35,70</b>	<b>146,61</b>	<b>1057,13</b>	отклонение (+ / - )		
		Норма по СанПин	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	0,37 ккал
отклонение от нормы (+ / - ) %			0,76	0,19	-1,24	-0,02		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>54,63</b>	<b>54,94</b>	<b>230,22</b>	<b>1640,70</b>	отклонение (+ / - )		
		Норма по СанПин	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	4,30 ккал
отклонение от нормы (+ / - ) %			0,95	-0,46	-1,28	-0,18		



**2 - я неделя**

Возрастная категория: с / до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	белки	0,00
								жиры	0,00
<b>7 - 11 л</b>	<b>ЗАВТРАКИ</b>	<b>25%</b>	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00	
Среднее за 5 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+ / -)			%	0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	белки	0,00
								жиры	0,00
<b>7 - 11 л</b>	<b>ОБЕДЫ</b>	<b>35%</b>	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00	
Среднее за 5 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+ / -)			%	0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	белки	0,00
								жиры	0,00
<b>7 - 11 л</b>	<b>ПОЛДНИКИ</b>	<b>10%</b>	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00	
Среднее за 5 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+ / -)			%	0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	белки	0,00
								жиры	0,00
<b>7 - 11 л</b>	<b>ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ</b>	<b>60%</b>	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00	
Среднее за 5 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+ / -)			%	0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с / до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	белки	0,00
								жиры	0,00
<b>7 - 11 л</b>	<b>ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ</b>	<b>45%</b>	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00	
Среднее за 5 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+ / -)			%	0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+ / -)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	белки	0,00
								жиры	0,00
<b>7 - 11 л</b>	<b>ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ</b>	<b>70%</b>	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00	
Среднее за 5 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я ценность		
отклонение от нормы (+ / -)			%	0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

1 -я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ЗИМА-ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			19,25	19,75	83,75	587,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеда 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			26,95	27,65	117,25	822,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			7,70	7,90	33,50	235,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеда 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			46,20	47,40	201,00	1410,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеда-полдники 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	0,00

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеда - полдники 10-тидневка ЗИМА-ВЕСНА 2023 - ___ г.г.			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в (г) (+/-)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3/2.4.3590-20			77	79,0	335	2350	0,00	0,00
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	0,00
Среднее за 10 дней (фактически)			53,90	55,30	234,50	1645,00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы (+/-) %			0,00	0,00	0,00	0,00	ккал	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 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий  
/ сост.А.Я.Перевалов. Н.В.Тапешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр..-Пермь, 2021.-410с.
- 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)  
ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)

