

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор MAOU лицей «МТ»



И.П. Маркова

"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: О С Е Н Ъ

2024 25 г.г.

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2024 г.

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон: О С Е Н Ъ 2024 - \_\_\_ 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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/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	29,38	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.
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>19,60</b>	<b>15,022</b>	<b>93,81</b>	<b>575,469</b>		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы + / - %	-3,22	-8,67	-0,51	-3,84		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	Горошек зелёный	100	2,83	0,17	5,83	36,83	5	54-20з/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	275/21
	Кофейный напиток с молоком	200	6,17	4,89	22,80	159,53	92	465 / 21
	Кондитерские изделия (мармелад)	22,5	1,92	0,15	29,82	111,61	15	Пром.пр.
	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 (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>977,5</b>	<b>39,79</b>	<b>47,302</b>	<b>126,51</b>	<b>1077,360</b>		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы + / - %	9,21	16,42	-1,97	4,61		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	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.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>7,53</b>	<b>10,094</b>	<b>47,66</b>	<b>281,75</b>		
		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	72,42	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

## 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ъ 2024 - \_\_\_ г.г.

## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя  1 -я День 2 -й	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	546/22
	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	502 / 21
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	21,68	94,61	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>22,81</b>	<b>33,836</b>	<b>100,77</b>	<b>773,145</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,34	11,78	1,31	3,42		
<b>ОБЕД</b>								
неделя  1 -я День 2 -й	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/22
	Суп картофельный с крупой	250	2,78	3,53	9,80	82,00	27	114/21
	Говядина тушёная с капустой	200	22,11	18,82	19,49	335,24	56	500 / 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	338 / 17	
<b>итого за обед</b>		<b>975</b>	<b>30,84</b>	<b>24,698</b>	<b>125,14</b>	<b>847,586</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,73	-8,15	-2,33	-3,84		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя  1 -я День 2 -й	Кисломолочный напиток (кефир м.д.ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	97	470 / 21
	Котлеты картофельные с творогом	140	4,46	11,43	17,82	179,57	40	149 / 17
	Хлеб пш. (батон )	20	0,77	0,38	10,28	45,22	16	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>11,03</b>	<b>16,812</b>	<b>36,10</b>	<b>325,793</b>		
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,25	8,27	-0,57	1,98		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	53,64	58,53	225,91	1620,73
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы ( + / - ) %		-0,395	3,624	-1,017

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	41,87	41,51	161,24	1173,38
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	172,35
отклонение от нормы ( + / - ) %		1,52	0,12	-2,90

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	64,67	75,35	262,01	1946,524
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	268,10
отклонение от нормы ( + / - ) %		1,86	11,90	-1,59

**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении**

Возрастная категория: 12 лет и старше      Сезон :      О С Е Н Ь      2024 - \_\_\_\_ г.г.

**1-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>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я	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
3 -й	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
<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>25,64</b>	<b>23,597</b>	<b>96,14</b>	<b>689,203</b>		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	3,486	0,649	0,102	0,338		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/22
	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	1,42	5,04	6,16	75,58	20	93 / 21
День 3 -й	Рыба запечённая	120	20,85	15,06	14,17	277,19	73	444/22
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	42	312 /17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	86	54-1хн/22
	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.
<b>итого за обед</b>		<b>970</b>	<b>31,35</b>	<b>27,756</b>	<b>128,15</b>	<b>888,968</b>		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,17	-4,83	-1,54	-2,32		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я	Чай фруктовый	200	0,49	0,00	7,63	32,70	83	783 /22
	День 3 -й	Биточек рисовый с морковью и соус шоколадный	100	2,41	6,78	14,00	116,97	35
			25	1,77	1,78	10,00	63,34	35
	Хлеб ржаной	25	1,17	0,41	10,86	51,81	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>5,85</b>	<b>8,968</b>	<b>42,49</b>	<b>264,823</b>		
		Норма по СанПин 10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-3,50	-0,25	1,09	-0,26		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		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

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		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

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ъ 2024 - \_\_ г.г.

## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя  1 -я День  4 -й	Печень по-строгановски	120	15,29	14,14	7,65	219,01	52	255/17
	Макароны отварные и / овощи консервированные отварные (сложный гарнир)	180 25	6,55 0,50	6,94 0,08	26,95 2,54	221,86 13,05	46 46	256/21 157/21
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	98	501 /21
	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.
<b>итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>25,74</b>	<b>22,515</b>	<b>97,47</b>	<b>720,354</b>		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	3,60	-0,53	0,45	1,48		
<b>ОБЕД</b>								
неделя  1 -я День  4 -й	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 Фрукты свежие (яблоки)	50 105	2,33 0,42	0,83 0,42	21,72 10,29	103,63 49,35	18 99	Пром.пр. 338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>31,24</b>	<b>35,432</b>	<b>125,921</b>	<b>949,376</b>		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,29	3,51	-2,12	-0,10		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя  1 -я День  4 -й	Кисель абрикосовый	200	0,15	0,05	17,40	70,62	87	784/22
	Биточки из печени и /соус молочный	110 10	8,09 0,29	7,71 0,85	7,953 0,20	122,99 12,68	54 54	478/22 328/17
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
	<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>9,92</b>	<b>9,102</b>	<b>38,59</b>	<b>268,469</b>	
		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>			<b>56,98</b>	<b>57,95</b>	<b>223,39</b>	<b>1669,73</b>
		Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
		отклонение от нормы ( + / - ) %	3,31	2,99	-1,67	1,39

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>41,16</b>	<b>44,53</b>	<b>164,51</b>	<b>1217,85</b>
		Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
		отклонение от нормы ( + / - ) %	0,74	3,41	-2,05	-0,23

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>66,90</b>	<b>67,05</b>	<b>261,97</b>	<b>1938,20</b>
		Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
		отклонение от нормы ( + / - ) %	4,33	2,88	-1,60	1,26

## 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон: О С Е Н Ь 2024 - \_\_ 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	Котлета рыбная (минтай)	120	15,43	1,89	9,12	115,16	75	307/21
<b>День</b>	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	501/21
<b>5 -й</b>	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	56,51	100	82/21
<b>итого за завтрак</b>		<b>685</b>	<b>23,53</b>	<b>17,326</b>	<b>101,74</b>	<b>626,41</b>		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	1,14	-6,17	1,56	-1,97		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
1 -я	Морковь с яблоком	100	1,00	6,10	7,50	89,00	6	22/21
	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250	8,79	7,48	8,06	136,49	29	117/17
<b>День</b>	Сырники из творога	230	19,83	12,61	35,01	335,87	51	437/22
	и / соус абрикосовый	35	0,91	0,00	15,41	66,05	51	687/22
<b>5 -й</b>	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.
<b>итого за обед</b>		<b>865</b>	<b>38,37</b>	<b>31,956</b>	<b>116,58</b>	<b>911,848</b>		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	7,64	-0,27	-4,56	-1,48		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
1 -я	Чай с лимоном	200	0,51	0,00	6,81	29,38	82	459/21
<b>День</b>	Рыба, запечённая с яйцом	140	0,98	4,06	11,90	142,80	74	301/21
	Хлеб пшеничный	35	0,70	0,46	17,01	75,29	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>2,189</b>	<b>4,515</b>	<b>35,73</b>	<b>247,5</b>		
		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	-2,38

<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

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - \_\_\_\_ г.г.

1 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - центуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя  1 -я День 6 -й	Запеканка капустная	180	2,60	7,30	15,27	169,74	38	162/17
	Котлеты нежные с соусом 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	117,66	88	784 /22
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	0,93	0,33	8,687	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 ( + / - ) %			-2,26	-3,29	-0,05	0,05		
<b>ОБЕД</b>								
неделя  1 -я День 6 -й	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2а/22
	Суп картофельный с макаронами	260	6,36	4,94	18,83	149,02	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 / соус шоколадный	80 25	2,99 0,60	7,74 0,48	10,64 6,63	120,74 31,63	79 79	401/17 327 / 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>1025</b>	<b>30,87</b>	<b>37,175</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		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя  1 -я День 6 -й	Кисломолочный напиток (Кефир м.д.ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	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>400</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	1,38	0,61	1,16		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			51,33	57,15	220,63	1639,85
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>			40,96	47,65	165,71	1262,11
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>			61,43	67,63	261,28	1943,46
Норма по СанПин		70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %			-1,75	3,51	-1,78	1,45

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше      Сезон :      О С Е Н Ь      2024 - \_\_\_\_ 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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя	Омлет натуральный и /овощи	150	13,64	13,53	3,39	188,44	48	268 / 21
	консервированные отварные (сложный гарнир)	70	2,00	2,53	3,53	44,67	48	157 / 21
2 -я	Кофейный напиток с молоком	180	5,52	4,38	14,16	117,79	93	54-23гн/22
День 7 -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
<b>итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>24,65</b>	<b>22,304</b>	<b>81,27</b>	<b>625,057</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,39	-0,76	-3,78	-2,02		
<b>ОБЕД</b>								
неделя	Овощи консервированные (порциями (капуста квашеная))	100	1,58	4,51	8,89	76,76	4	149 / 21
	Суп с клецками	250	3,56	4,59	19,79	134,73	28	108-109/17
2 -я	Наггетсы	100	19,01	13,55	11,20	244,95	68	595/22
День 7 -й	Ризотто	180	3,58	11,76	34,91	267,50	34	381/22
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	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.
<b>итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>32,27</b>	<b>36,006</b>	<b>152,43</b>	<b>1067,073</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,85	4,14	4,80	4,23		
<b>ПОЛДНИК</b>								
2 -я	Чай фруктовый	200	0,49	0,00	7,63	32,70	83	783 /22
День 7 -й	Бутерброд с сыром (сыр твердых сортов хлеб пшеничный)	15	3,50	4,40	0,00	53,80	13	ТТК /3/17
	Кондитерское изделие (печенье)	25	0,50	0,33	13,35	59,13	13	
	Фрукты свежие (банан)	15	1,28	3,70	10,24	79,40	14	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	100	1,50	0,10	11,80	54,10	100	82 / 21
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>7,28</b>	<b>8,526</b>	<b>43,02</b>	<b>279,132</b>		
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>	<b>56,92</b>	<b>58,31</b>	<b>233,70</b>	<b>1692,13</b>
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы ( + / - ) %	3,24	3,38	1,02	2,21

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>39,55</b>	<b>44,53</b>	<b>195,45</b>	<b>1346,20</b>
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	172,35
отклонение от нормы ( + / - ) %	-1,06	3,40	6,03	4,49
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>64,20</b>	<b>66,84</b>	<b>276,72</b>	<b>1971,26</b>
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	268,10
отклонение от нормы ( + / - ) %	1,33	2,65	2,25	2,47



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 Ъ      2024 - \_\_\_\_ 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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	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	116,29	72	299/21
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	42	312 /17
День 8 -й	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	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>700</b>	<b>22,86</b>	<b>14,874</b>	<b>107,75</b>	<b>656,714</b>		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	0,39	-8,83	3,13	-0,86		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/22
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,42	5,09	3,61	66,08	21	103 / 21
День 8 -й	Макароны с овощами	180	5,82	5,89	38,19	229,08	45	205/17
	Оладьи из печени	120	13,07	16,33	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	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>30,93</b>	<b>34,093</b>	<b>143,04</b>	<b>1005,094</b>		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,63	2,06	2,35	1,95		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	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	614/22
День 8 -й	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>17,60</b>	<b>4,878</b>	<b>40,65</b>	<b>261,295</b>		
		Норма по СанПин 10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	9,55	-4,70	0,61	-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	1632,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,24	-6,78	5,48	1,10

<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	1224,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	8,92	-2,64	2,96	1,56

<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	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	9,32	-11,47	6,09	0,70

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_ 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>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 9 -й	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	54-1з/22
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	11	53-19з/22
	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	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
<b>итого за завтрак</b>		<b>635</b>	<b>17,69</b>	<b>27,887</b>	<b>98,75</b>	<b>724,301</b>		
		Норма по СанПин	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-5,34	5,31	0,78	1,63		
<b>ОБЕД</b>								
2 -я День 9 -й	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/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	25,40	105,60	98	501 /21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>28,16</b>	<b>29,19</b>	<b>122,81</b>	<b>871,91</b>		
		Норма по СанПин	35%	31,50	32,20	134,05	952,00	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-3,71	-3,27	-2,94	-2,94		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 9 -й	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
	Хлеб пш. (батон)	30	1,16	0,57	10,95	54,90	16	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>12,08</b>	<b>9,890</b>	<b>29,76</b>	<b>259,295</b>		
		Норма по СанПин	10%	9,00	9,20	38,30	272,00	
отклонение от нормы ( + / - ) %			3,42	0,75	-2,23	-0,47		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	45,85	57,08	221,56	1596,21
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы ( + / - ) %	-9,06	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
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
отклонение от нормы ( + / - ) %	-5,64	2,79	-4,38	-1,78

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше      Сезон :      О С Е Н Ь      2024 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая 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 свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	9	53 / 21
<b>День</b>	Азу из говядины с картофелем	200	15,06	17,40	27,00	324,80	57	492/22
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	86	54-1хн/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.
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>19,66</b>	<b>22,270</b>	<b>100,85</b>	<b>681,884</b>		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-3,15	-0,79	1,33	0,07		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
2 -я	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/22
	Суп картофельный с макаронами	250	3,05	4,49	14,98	117,21	30	242/22
<b>День</b>	Курица по тайски	200	8,26	9,82	39,43	279,13	67	588/22
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	96	469 / 21
10-й	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,57	7,40	20,48	158,79	14	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
10-й	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
<b>итого за обед</b>		<b>985</b>	<b>24,33</b>	<b>29,037</b>	<b>148,00</b>	<b>957,625</b>		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-7,96	-3,44	3,64	0,21		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
2 -я	Кисломолочный напиток							
<b>День</b>	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	97	470/ 21
	Зразы картофельные	120	1,73	3,98	13,97	98,64	41	150/17
10-й	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>8,14</b>	<b>9,372</b>	<b>38,23</b>	<b>270,597</b>		
		Норма по СанПин 10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,96	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 ( + / - ) %	-8,92	-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

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

2 - я неделя

Сезон: ОСЕНЬ

2024 - \_\_\_ г.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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 11 -й	Котлета особая (мясная)	100	15,72	18,40	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	5,80	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	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>24,82</b>	<b>30,983</b>	<b>89,20</b>	<b>734,609</b>		
		Норма по СанПин	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			2,58	8,68	-1,71	2,01		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 11 -й	Капуста с морковью в нарезке*	100	1,88	1,79	7,06	51,99	7	54-31-32з/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	9,8	47,00	99	338 / 17	
<b>итого за обед</b>		<b>1060</b>	<b>27,72</b>	<b>26,529</b>	<b>151,93</b>	<b>943,158</b>		
		Норма по СанПин	35%	31,50	32,20	134,05	952,00	
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,20	-6,16	4,67	-0,33		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 11 -й	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	276/17
	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.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>9,10</b>	<b>11,665</b>	<b>33,62</b>	<b>276,068</b>		
		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>			<b>52,54</b>	<b>57,51</b>	<b>241,13</b>	<b>1677,77</b>
Норма по СанПин			60%	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,62	2,51	2,96	1,68

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>36,82</b>	<b>38,19</b>	<b>185,55</b>	<b>1219,23</b>
Норма по СанПин			45%	40,50	41,40	172,35
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,09	-3,48	3,45	-0,18

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>61,64</b>	<b>69,18</b>	<b>274,75</b>	<b>1953,84</b>
Норма по СанПин			70%	63,00	64,40	268,10
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,51	5,19	1,74	1,83

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон : О С Е Н Ь 2024 - \_\_ г.г.

1 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - центуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 12 -й	Говядина с овощами	200	11,21	11,96	10,54	181,26	55	498/22
	Оладьи и / соус шоколадный**	60	2,23	7,23	4,72	116,79	78	401/17
		20	0,51	0,40	6,38	30,86	78	692 / 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	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>22,55</b>	<b>25,410</b>	<b>85,69</b>	<b>671,499</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,05	2,62	-2,63	-0,31		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 12 -й	Свекла с яблоком*	100	1,09	1,06	12,70	64,04	10	93/ 22
	Щи "Новгородские" (со сметаной)	250	1,90	3,06	8,94	70,85	22	287 /22
	Котлеты нежные	100	18,74	11,96	6,83	209,94	71	373/21
	Плов с изюмом и /овощи консервированные отварные	135	3,39	9,18	22,71	180,59	47	194/17
		45	0,9	0,15	4,575	23,475	47	157/21
	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.
Фрукты свежие (банан)**	100	1,50	0,10	11,80	54,10	100	82 / 21	
<b>итого за обед</b>		<b>1023,5</b>	<b>32,14</b>	<b>27,225</b>	<b>143,04</b>	<b>945,502</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,71	-5,41	2,35	-0,24		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 12 -й	Чай с молоком	200	1,80	1,10	6,97	45,15	85	460 / 21
	Голубцы с мясом и рисом и /соус / Соус сметанный	90	3,26	3,85	10,87	100,42	59	287/17
		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.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>7,20</b>	<b>6,104</b>	<b>33,11</b>	<b>225,698</b>		
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	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	41,40	1224,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-1,30	-8,77	0,99	-1,94

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

Россия Краснодарский край

12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Суточная потребность по СанПиН 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	0,09

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	-1,84	1,50	0,20

1 -я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

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

**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон : О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_\_ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Суточная потребность по СанПиН 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 «АПСПОЗ» — 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) ФБУН "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.Я.Перевалов. Н.В.Тапешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр.-Пермь, 2021.-410с.