



ИП А.О. Орлов

« 19 » февраля, 2024 г



СОГЛАСОВАНО

Директор

« 28 » февраля 2024 г

Основное (организованное) 10- дневное меню приготавливаемых блюд для обучающихся от 7 до 11 лет в муниципальных общеобразовательных учреждениях системы Управления образования муниципального образования Абинский район

(завтраки, обеды и полдники)

г. Абинск 2024

1 ДЕНЬ

Примеры блюд, наименования блюд	Пшеничные изделия			Зерно-числовая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						№ рецептур		
	Масса порции	Пшеничные изделия			В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	D, мг	B2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	K, мг	L, мг		F, мг	Ba, мг
		Белок, г	Жир, г															
Завтрак																		
42	4,87	7,34	12,60	130,90	0,01	0,09	0,01	0,02	0,08	0,01	117,19	12,79	84,97	0,04	44,23	0,00	0,01	2011
43	4,96	4,48	0,27	81,30	0,02	0,00	0,10	0,31	0,88	0,13	18,97	4,35	89,55	0,87	90,75	0,02	0,01	2009
200	5,58	10,43	40,27	277,60	0,05	0,50	0,06	0,40	0,14	0,12	103,82	30,13	108,78	0,47	182,94	0,11	0,02	0,01
2000	4,20	14,43	527,90		0,03	0,52	0,02	0,00	0,00	0,13	113,55	35,14	107,31	1,21	231,11	0,00	0,00	0,00
20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	4,63	0,50	10,00	0,40	15,80	0,00	0,00	2008
852	21,16	25,65	78,18	421,76	0,13	1,11	0,25	2,22	1,09	0,45	359,07	88,92	405,47	3,69	548,49	29,22	0,01	0,02
Обед																		
60	0,66	0,12	2,28	14,40	0,04	0,00	0,16	0,23	0,00	0,02	8,40	12,00	15,60	0,00	114,00	1,20	0,00	0,00
250	2,15	5,75	13,11	113,92	0,05	0,26	0,24	2,39	0,00	0,08	51,13	27,11	51,16	1,26	395,00	0,33	0,03	0,00
90	11,67	15,44	3,29	206,12	0,04	0,66	0,02	3,39	0,00	0,09	11,86	17,29	117,98	1,00	312,80	0,06	0,04	0,00
150	3,30	5,23	27,34	137,25	0,13	0,38	0,04	0,08	0,00	0,12	47,22	38,13	85,13	1,19	194,99	0,55	0,04	0,00
200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
30	3,82	0,27	25,29	118,41	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,03	11,50	18,50	42,80	1,00	84,50	0,00	0,01	0,00
40	2,83	0,35	16,96	81,54	0,07	0,05	0,08	0,00	0,00	0,03	7,20	7,60	38,80	1,00	54,40	0,00	0,00	0,00
842	28,69	27,22	92,72	712,38	0,40	3,31	0,47	7,11	0,00	0,35	139,59	112,43	346,88	7,45	1 786,68	34,38	0,12	0,00
Полдник																		
100	8,14	2,51	40,20	219,10	0,11	0,18	0,12	0,75	0,00	0,03	80,18	27,68	182,18	1,47	0,00	0,00	0,00	2022
200	1,06	0,20	26,20	90,90	0,02	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	14,00	2,80	14,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00
300	9,14	2,71	66,20	344,18	0,12	8,18	0,12	0,75	0,00	0,02	104,16	29,84	196,53	4,27	240,00	2,00	0,00	0,00
84,36	66,68	221,11	1 707,64		0,71	42,81	0,78	10,06	1,11	0,62	602,62	231,38	848,70	15,41	2 553,17	52,89	0,17	0,02

2 ДЕНЬ

Примеры блюд, наименования блюд	Пшеничные изделия			Зерно-числовая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						№ рецептур		
	Масса порции	Пшеничные изделия			В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	D, мг	B2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	K, мг	L, мг		F, мг	Ba, мг
		Белок, г	Жир, г															
Завтрак																		
60	1,16	5,34	4,62	54,60	0,01	4,20	0,11	0,00	0,00	0,03	24,65	9,00	22,20	0,42	189,00	0,00	0,00	2008
85	11,74	27,52	6,56	274,89	0,12	0,09	0,03	2,48	0,10	0,09	12,89	18,13	116,02	2,03	209,41	5,35	0,03	0,00
150	5,45	5,78	32,43	185,00	0,07	0,00	0,03	1,23	0,11	0,03	22,25	10,94	41,23	0,94	84,83	2,77	0,01	0,01
200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	4,63	0,50	10,00	0,40	15,80	0,00	0,00	
928	19,86	32,78	63,27	616,85	0,21	4,29	0,17	4,10	0,21	0,16	72,37	45,01	196,95	3,78	509,94	8,15	0,04	0,01
Обед																		
60	0,83	3,65	4,81	50,07	0,01	2,33	0,00	1,58	0,00	0,02	19,38	11,52	22,60	0,71	187,62	4,07	0,01	0,00
250	3,55	4,59	19,79	144,00	0,09	4,00	0,23	1,34	0,15	0,01	29,88	20,85	82,45	0,97	304,82	4,73	0,03	0,01
170	14,40	8,90	30,40	219,50	0,08	2,12	0,26	3,80	0,04	0,14	22,03	37,77	187,04	1,81	219,81	6,07	0,10	0,03
200	0,11	0,00	10,00	40,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,01	12,48	5,40	9,68	0,97	23,27	0,00	0,00	
30	3,82	0,31	25,29	118,41	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,03	11,50	18,50	42,80	1,00	84,50	0,00	0,01	
45	2,96	0,40	19,04	81,79	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	8,12	8,55	39,15	1,80	81,20	2,52	0,00	
778	25,37	17,88	100,38	718,82	0,31	9,09	0,49	8,72	0,15	0,31	103,13	100,39	359,92	6,98	917,28	17,88	0,15	0,04
Полдник																		
40	0,84	0,99	12,08	132,44	0,04	0,08	0,01	0,99	0,00	0,03	111,00	12,12	80,92	0,01	42,12	0,00	0,01	0,00
200	9,87	4,85	9,71	104,70	0,03	1,04	0,01	0,00	0,00	0,01	204,00	22,40	144,00	0,10	242,00	18,00	0,00	0,00
1003	0,85	0,80	15,40	75,00	0,03	0,05	0,01	0,00	0,00	0,02	30,00	22,00	22,00	1,00	235,00	8,00	0,01	0,00
348	19,87	12,44	36,79	397,20	0,14	7,12	0,11	0,59	0,08	0,28	345,00	91,50	248,92	1,77	528,12	20,00	0,02	0,00
86,95	63,95	268,54	1 628,37		0,72	20,50	0,37	13,39	0,42	0,75	521,12	197,50	833,60	12,54	2 850,34	50,11	0,21	0,05

3 день

Примы пиани, наименования блюда	Пищевые вещества				Витамины				Минеральные вещества					№ рецептур						
	Масса порции	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	А, мг	Е, мг	В1, мг	В2, мг	Св. мг	Мг. мг	Р. мг	Са, мг		К, мг	Л. мг	Ф. мг	Со. мг		
		Белки, г	Жир, г																Углевод, г	
Завтрак																				
СА ИЗ ТВОРОГА	130	20,60	16,41	21,31	290,98	0,00	0,26	8,11	0,48	0,22	0,38	204,71	33,38	265,10	1,11	252,18	1,34	0,04	0,03	2005
СА С СТАФИДКО	25	1,75	2,06	13,45	78,34	0,01	0,10	0,01	0,06	0,01	0,08	89,98	7,81	49,20	0,03	81,25	1,75	0,01	0,00	2011
СВЕТЛОЕ (НЕЛОСО)	100	0,40	9,80	87,26	0,03	18,00	0,01	0,63	0,00	0,02	16,90	8,00	11,00	2,20	273,00	2,06	0,01	0,00	308	
САЛОМ	200	0,31	0,00	10,05	40,88	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	12,48	3,48	8,00	0,87	23,23	0,06	0,00	0,00	8	
САЛОМ	25	1,91	12,55	59,21	0,04	0,00	0,48	0,00	0,01	0,37	8,25	31,00	0,50	32,25	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	
САЛОМ	800	30,82	21,19	87,17	92,69	0,14	0,42	0,11	1,86	0,23	0,42	308,90	62,64	371,12	4,53	626,81	5,50	0,00	0,03	
Обед																				
САЛОМ	60	0,48	0,06	1,50	8,60	0,02	0,05	0,01	0,06	0,00	0,02	13,80	6,49	25,20	0,60	84,50	1,80	0,01	0,00	71
САЛОМ	260	3,23	2,70	24,11	136,51	0,08	0,88	0,33	0,36	0,03	0,07	32,96	31,44	75,86	1,12	470,80	5,51	0,04	0,00	4
САЛОМ	95	11,37	18,73	8,88	231,77	0,69	0,64	0,82	2,54	0,00	0,08	14,50	16,71	109,87	2,00	214,83	4,80	0,03	0,00	278
САЛОМ	55	3,26	16,62	32,63	200,26	0,12	10,77	0,82	3,84	0,00	0,09	26,76	28,79	83,04	1,41	750,12	7,68	0,04	0,00	145
САЛОМ	200	0,00	0,00	0,00	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10	
САЛОМ	40	3,05	0,25	20,67	84,75	0,06	0,00	0,74	0,60	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,60	0,01	0,00	2008	
САЛОМ	35	2,32	0,31	14,84	11,39	0,06	0,06	0,77	0,66	0,03	6,30	6,05	39,45	1,40	47,60	1,96	0,00	0,00	2008	
САЛОМ	830	23,81	38,33	192,91	786,78	0,39	23,79	0,38	8,32	0,11	0,31	113,14	107,90	357,82	7,42	1 606,30	31,76	0,13	0,00	
Полдник																				
САЛОМ	78	3,70	10,24	10,96	208,71	0,04	0,01	0,03	2,02	0,25	0,40	14,26	8,81	47,23	0,63	75,90	2,79	0,01	0,01	63
САЛОМ	180	3,04	4,28	8,12	33,12	0,03	1,20	0,05	0,00	0,06	0,31	218,00	25,20	171,00	0,00	282,60	0,00	0,04	0,00	390
САЛОМ	100	0,90	0,20	8,10	43,06	0,04	86,00	0,01	0,22	0,28	0,03	34,00	13,00	23,90	0,35	167,00	2,66	0,33	0,00	398
САЛОМ	388	8,70	14,84	36,18	381,47	0,13	81,27	0,69	2,24	0,35	0,74	284,26	45,01	241,23	0,83	333,66	4,78	0,07	0,01	
САЛОМ	64,12	86,27	204,46	1 730,32	0,66	95,20	0,60	12,42	0,19	1,41	885,41	215,66	870,17	12,88	2 788,87	32,84	0,26	0,04		

3

4 день

Примы пиани, наименования блюда	Пищевые вещества				Витамины				Минеральные вещества					№ рецептур						
	Масса порции	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	А, мг	Е, мг	В1, мг	В2, мг	Св. мг	Мг. мг	Р. мг	Са, мг		К, мг	Л. мг	Ф. мг	Со. мг		
		Белки, г	Жир, г																Углевод, г	
Завтрак																				
САЛОМ	60	6,48	3,06	1,50	8,40	0,02	6,00	0,01	0,06	0,00	0,23	13,80	8,42	25,20	0,60	84,50	1,80	0,01	0,00	71
САЛОМ	100	18,94	5,43	1,80	132,63	0,11	3,20	0,15	2,33	0,00	0,12	53,83	65,73	264,21	1,00	502,58	180,85	0,76	0,02	81
САЛОМ	160	3,00	5,25	22,34	137,25	0,12	10,38	0,04	0,34	0,08	0,13	41,22	30,13	85,13	1,19	764,89	8,55	0,04	0,00	312
САЛОМ	200	1,60	0,70	20,20	88,00	0,03	4,00	0,00	0,00	0,00	0,02	14,00	5,00	14,00	2,80	240,00	2,00	0,00	0,00	388
САЛОМ	20	1,53	0,12	10,84	47,36	0,03	0,00	0,39	0,00	0,00	0,01	4,60	6,80	19,80	6,40	25,80	3,00	0,00	0,00	2008
САЛОМ	35	1,60	0,28	12,72	81,19	0,05	0,00	0,00	0,88	0,00	0,02	5,40	5,70	28,10	1,20	40,80	1,88	0,00	0,00	2008
САЛОМ	846	27,24	11,32	98,60	472,83	0,33	21,81	0,29	3,88	0,06	0,31	132,63	124,56	438,50	3,20	1 708,77	194,88	0,81	0,02	
Обед																				
САЛОМ	90	1,14	5,34	4,62	34,80	0,01	4,20	0,11	0,06	0,00	0,03	24,60	9,00	22,20	0,42	188,00	0,00	0,00	0,00	2008
САЛОМ	280	2,87	5,88	14,33	152,81	0,02	8,60	0,02	2,23	0,13	0,03	21,02	1,04	30,30	0,41	48,00	1,83	0,00	0,01	113
САЛОМ	90	10,20	17,23	3,64	214,88	0,09	1,40	0,07	0,81	0,00	0,12	25,40	17,51	141,86	1,47	215,64	5,84	0,11	0,02	32
САЛОМ	150	3,34	4,20	31,61	178,98	0,04	1,90	0,35	0,47	0,03	0,04	15,10	27,84	72,18	0,74	148,07	2,25	0,03	0,01	2
САЛОМ	200	0,17	0,00	10,05	42,89	0,00	0,04	0,00	0,00	0,06	0,01	12,46	5,40	8,88	0,67	23,23	0,00	0,00	0,00	8
САЛОМ	40	3,05	0,21	20,03	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,02	9,20	13,20	33,60	0,80	51,60	0,60	0,01	0,00	2008
САЛОМ	70	1,32	0,18	8,48	40,79	0,04	0,04	0,00	0,44	0,00	0,02	3,60	3,60	17,40	0,80	27,20	1,15	0,00	0,00	2008
САЛОМ	818	28,28	32,85	82,86	184,83	0,23	8,02	0,35	4,72	0,18	0,27	108,47	83,38	324,32	3,31	703,84	10,86	0,15	0,04	
Полдник																				
САЛОМ	100	6,15	2,98	30,00	249,00	0,08	0,22	0,12	0,73	0,83	0,25	98,83	18,90	183,20	1,28	143,84	8,20	0,04	0,02	161
САЛОМ	200	0,17	0,00	52,05	40,80	0,00	0,04	0,00	0,00	0,01	12,46	3,42	6,68	0,87	23,23	0,00	0,00	0,00	8	
САЛОМ	900	8,32	2,98	60,88	288,88	0,08	0,28	0,12	3,15	0,83	0,28	109,26	25,32	189,94	1,32	166,82	8,20	0,04	0,02	
САЛОМ	83,76	47,21	201,45	1 027,32	0,47	21,83	0,87	9,15	0,92	0,84	348,41	273,24	950,76	14,53	2 608,33	272,00	1,00	0,06		

4

5 день

Премь пища, наименование блюда	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные вещества						№ рецептур					
	Масса порции	Углеводы, г		А, мг	Е, мг	Д, мг	В3, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг		L, мг	F, мг	S, мг		
		Белок, г	Жиры, г														С, мг	В1, мг
Пюрей молочный из манной крупы	200	5,67	15,20	30,23	0,50	0,08	0,14	0,12	106,38	15,58	82,96	0,30	178,15	8,87	0,01	0,00	0,00	181
Пюрей картофель с молоком	200	3,41	2,47	11,45	0,24	0,02	0,00	0,00	112,66	20,38	81,06	0,48	173,84	8,00	0,00	0,00	0,00	11
Сливки (жиром)	100	0,40	0,40	47,00	0,13	10,00	0,00	0,02	16,80	8,00	11,00	2,20	278,00	2,00	0,01	0,00	0,00	338
Сметана (жиром)	50	2,87	8,22	17,50	0,68	0,00	0,00	0,02	8,00	11,55	29,40	0,70	45,15	0,00	0,01	0,00	0,00	2068
Премь пища	638	12,95	33,35	79,08	1,17	0,09	0,14	0,27	242,48	58,01	224,62	3,72	676,14	19,57	0,03	0,00	0,00	
Итого	81	0,90	0,12	2,20	0,10	0,21	0,00	0,02	6,40	12,00	15,80	0,60	174,50	1,20	0,00	0,00	0,00	71
Пюрей картофель с молоком	250	1,81	3,10	10,70	0,06	0,20	0,34	0,00	32,78	21,21	46,83	0,88	266,58	3,46	0,02	0,00	0,00	88
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	95	14,33	22,55	11,43	0,13	0,00	0,10	0,10	12,72	24,14	148,41	2,58	278,82	5,93	0,04	0,00	0,00	269
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	200	0,97	0,19	19,88	0,03	1,21	0,11	0,03	22,30	10,08	41,29	0,84	64,33	0,77	0,01	0,01	0,00	203
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	40	3,08	0,25	20,07	0,06	0,00	0,00	0,00	12,60	7,26	12,60	2,52	240,30	2,00	0,00	0,00	0,00	388
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	20	1,32	0,10	8,42	0,04	0,00	0,00	0,00	3,60	3,86	17,40	0,88	27,20	1,12	0,00	0,00	0,00	2068
Премь пища	818	27,88	34,17	103,08	0,42	25,10	0,35	0,19	101,50	81,83	313,84	6,12	1202,83	14,91	0,08	0,00	0,00	
Итого	40	4,80	4,48	0,27	0,00	0,10	0,81	0,88	19,80	4,25	88,53	0,91	98,35	8,05	0,02	0,01	0,00	209
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	200	0,40	0,28	10,30	0,02	0,00	0,00	0,00	20,40	22,40	144,00	0,16	282,00	16,00	0,00	0,00	0,00	83
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	100	0,40	0,28	10,30	0,02	0,00	0,00	0,00	10,20	11,20	72,00	0,08	141,00	8,00	0,00	0,00	0,00	338
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	15	1,14	0,99	7,53	0,03	0,00	0,00	0,00	4,95	4,95	12,80	0,40	19,38	0,06	0,00	0,00	0,00	2068
Премь пища	388	13,13	8,73	27,41	0,08	0,13	0,88	0,88	248,37	43,70	242,15	3,37	672,78	27,05	0,03	0,01	0,00	
Итого	65,87	87,18	206,81	1,88	10,88	1,27	0,90	0,90	560,36	181,34	779,81	16,27	2401,87	61,53	0,14	0,02	0,00	

6 день

Премь пища, наименование блюда	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные вещества						№ рецептур					
	Масса порции	Углеводы, г		А, мг	Е, мг	Д, мг	В3, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг		L, мг	F, мг	S, мг		
		Белок, г	Жиры, г														С, мг	В1, мг
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	180	4,07	3,48	13,11	0,04	0,02	0,00	0,00	101,13	13,05	77,83	0,36	148,88	8,33	0,00	0,00	0,00	120
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	65	3,36	4,41	33,48	0,04	0,01	0,00	0,00	13,86	9,00	40,80	0,93	49,50	0,00	0,00	0,00	0,00	2011
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	180	3,04	4,50	8,12	0,05	0,00	0,00	0,00	216,90	25,20	171,80	0,00	262,80	0,00	0,04	0,00	0,00	2068
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	180	8,42	0,40	8,80	0,03	0,00	0,00	0,00	16,80	8,00	11,80	2,20	278,80	2,00	0,01	0,00	0,00	388
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	30	2,28	0,19	15,05	0,00	0,00	0,00	0,00	6,90	9,90	25,20	0,40	88,70	0,00	0,00	0,00	0,00	2068
Премь пища	838	18,18	12,86	81,94	0,21	11,70	0,00	0,00	363,08	85,11	324,73	4,11	176,88	16,32	0,05	0,00	0,00	
Итого	80	0,86	0,72	2,28	0,04	0,10	0,21	0,00	8,40	12,00	15,80	0,60	174,00	1,20	0,00	0,00	0,00	71
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	250	3,55	4,88	18,79	0,06	0,23	0,34	0,11	29,68	20,83	62,43	0,87	384,82	4,73	0,03	0,01	0,00	108
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	170	15,70	17,80	18,10	0,13	0,02	0,10	0,00	19,38	37,58	172,24	2,78	871,11	11,21	0,07	0,00	0,00	209
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	200	0,20	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	1,80	8,00	0,00	9,90	0,00	0,00	0,00	0,00	10
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	50	3,82	0,31	25,09	0,08	0,00	0,00	0,00	18,50	18,50	43,00	1,00	84,50	0,00	0,01	0,00	0,00	388
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	50	3,31	0,48	21,70	0,08	0,00	0,00	0,00	9,00	9,00	43,50	1,00	88,00	2,80	0,00	0,00	0,00	2068
Премь пища	780	37,84	22,89	85,14	0,43	26,83	0,35	0,19	80,24	90,03	338,78	7,33	1533,33	19,94	0,11	0,01	0,00	
Итого	900	8,14	2,51	40,90	0,11	0,19	0,19	0,00	60,18	21,86	182,55	1,47	9,80	0,00	0,00	0,00	0,00	16
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	200	1,80	3,00	9,00	0,00	1,40	0,00	0,00	8,34	240,90	28,00	0,00	260,50	8,00	0,04	0,00	0,00	388
Пюрей картофель с маслом сливочным (жиром)	300	13,74	7,81	49,82	0,17	1,59	0,17	0,00	33,08	49,88	372,50	1,47	260,50	2,00	0,04	0,00	0,00	2011
Премь пища	88,86	43,86	223,72	614,80	0,81	42,10	0,81	0,12	789,48	213,16	1036,07	12,91	2864,01	38,26	0,20	0,01	0,00	

7 день

Премес плитки, наименование блока	Подовые вещества			Загрязненность, процент, евро	Витаминны				Минеральные вещества					№ р-ции, турны	Сборные р-циенты			
	Масса порции	Белка, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В12, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг	Fe, мг	К, мг
60	1.14	5.34	4.42	54.00	0.01	4.25	0.11	0.00	0.50	0.03	24.85	9.95	22.25	0.42	189.00	0.00	0.00	0.00
200	14.38	13.41	17.41	347.93	0.11	9.81	0.47	3.38	0.05	0.18	33.25	43.31	199.48	2.42	793.94	11.41	0.13	0.02
200	1.05	0.20	40.25	89.00	0.03	4.05	0.00	0.00	0.00	0.02	14.30	8.50	14.00	2.85	345.90	2.95	0.00	0.00
20	1.32	10.54	0.03	47.36	0.04	0.08	0.00	0.24	0.05	0.01	4.85	6.84	16.85	0.45	25.80	0.00	0.00	0.00
20	1.32	0.18	8.48	63.79	0.04	0.06	0.00	0.44	0.05	0.02	3.85	3.85	17.45	0.65	27.39	1.13	0.99	0.05
300	18.34	19.25	40.79	478.48	0.21	18.11	0.56	4.22	0.05	0.28	60.36	70.71	258.88	6.84	1 277.84	14.53	0.13	0.02

Обед																		
НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ ПОРЦИИ СВЕЖАЯ:																		
Премес плитки, наименование блока	Подовые вещества			Загрязненность, процент, евро	Витаминны				Минеральные вещества					№ р-ции, турны	Сборные р-циенты			
	Масса порции	Белка, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В12, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг	Fe, мг	К, мг
80	0.48	0.90	1.50	8.40	0.02	0.05	0.01	0.06	0.05	0.02	13.85	8.45	25.25	0.45	84.60	1.85	0.01	0.00
250	2.15	5.78	13.11	115.02	0.05	10.24	0.25	2.38	0.06	0.06	51.13	27.11	119.58	1.24	392.99	6.33	0.03	0.00
80	1.18	20.63	5.21	333.80	0.26	0.88	0.35	0.88	0.06	0.04	30.33	18.55	119.58	1.24	272.70	7.44	0.05	0.00
150	3.35	4.29	31.81	178.89	0.04	1.85	0.35	0.47	0.07	0.04	15.15	27.44	72.16	0.74	148.07	2.25	0.03	0.01
200	0.17	0.00	10.95	40.88	0.00	0.04	0.00	0.00	0.06	0.01	12.48	3.45	0.88	0.67	23.23	0.00	0.00	0.00
30	2.28	0.19	15.05	71.05	0.05	0.00	0.00	0.58	0.06	0.02	6.90	9.35	25.25	0.65	38.70	0.00	0.00	0.00
30	1.39	0.29	12.72	61.19	0.05	0.00	0.00	0.00	0.06	0.02	5.45	5.75	26.10	1.25	40.80	1.88	0.00	0.00
810	21.68	39.15	89.85	819.38	0.47	19.04	0.64	5.93	0.07	0.28	134.36	102.55	326.58	6.31	1 690.39	19.79	0.12	0.01

Полдник																		
КОС С СУРОВОМ																		
Премес плитки, наименование блока	Подовые вещества			Загрязненность, процент, евро	Витаминны				Минеральные вещества					№ р-ции, турны	Сборные р-циенты			
	Масса порции	Белка, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В12, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг	Fe, мг	К, мг
42	4.64	6.99	12.08	130.44	0.04	0.08	0.07	0.59	0.06	0.02	111.65	12.12	80.92	0.61	42.12	0.00	0.01	0.00
200	3.63	4.83	9.31	104.78	0.08	1.84	0.03	0.68	0.06	0.21	204.90	22.45	144.90	0.78	292.09	10.00	0.00	0.00
100	0.87	0.60	13.40	12.00	0.05	0.08	0.01	0.60	0.06	0.02	30.90	17.95	22.60	1.05	255.90	8.95	0.01	0.00
340	10.87	15.84	38.79	307.35	0.14	1.72	0.11	0.98	0.06	0.29	345.92	51.52	249.97	1.77	889.12	26.00	0.02	0.00
61,81	78,64	186,99	1 694,14	0.66	44,39	1,35	8,80	0,13	0,80	0,05	560,56	274,73	832,89	14,82	2 897,65	65,23	0,27	0,23

7

В день

Премес плитки, наименование блока	Подовые вещества			Загрязненность, процент, евро	Витаминны				Минеральные вещества					№ р-ции, турны	Сборные р-циенты			
	Масса порции	Белка, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В12, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг	Fe, мг	К, мг
42	4.87	7.34	12.08	130.98	0.05	0.09	0.07	0.62	0.06	0.02	117.18	12.13	84.91	0.64	44.25	0.00	0.01	0.00
200	6.95	12.60	32.04	246.76	0.08	0.53	0.06	0.74	0.14	0.12	196.34	30.71	125.81	0.75	182.72	9.57	0.01	0.00
200	0.17	0.00	10.05	40.86	0.00	0.04	0.00	0.00	0.06	0.01	12.48	5.45	6.88	0.87	23.23	0.00	0.00	0.00
150	0.40	0.40	6.90	47.06	0.03	0.04	0.01	0.63	0.06	0.02	16.26	8.00	11.86	2.24	276.80	2.00	0.01	0.00
20	1.53	5.12	10.04	47.36	0.03	0.03	0.00	0.38	0.06	0.01	4.85	6.85	16.85	0.45	24.80	0.00	0.00	0.00
542	12,82	18,46	74,81	818,34	0,20	10,83	0,14	2,38	0,25	0,21	256,39	63,44	245,28	4,81	965,95	11,57	0,03	0,00

Обед																		
В ПИЦЦОН МАСТЫ																		
Премес плитки, наименование блока	Подовые вещества			Загрязненность, процент, евро	Витаминны				Минеральные вещества					№ р-ции, турны	Сборные р-циенты			
	Масса порции	Белка, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В12, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг	Fe, мг	К, мг
60	0.96	4.15	40.38	0.01	13.18	0.00	1.27	0.00	0.00	0.01	25.23	8.83	18.81	0.35	156.37	1.64	0.01	0.00
250	5.75	5.28	18.87	147.17	0.18	4.81	0.25	4.07	0.00	0.06	41.15	33.66	79.28	1.95	475.36	4.43	0.03	0.00
90	12.82	8.93	8.07	139.69	0.08	1.11	0.03	0.75	0.25	0.12	49.34	41.63	189.26	1.95	352.22	102.29	8.43	0.01
150	2.84	4.15	23.70	150.13	0.14	12.08	0.03	0.27	0.08	0.09	18.95	32.03	79.27	1.38	353.12	7.50	0.04	0.00
298	6.00	0.00	28.27	112.83	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	0.00	11.35	1.83	4.32	0.05	0.87	0.00	0.00	0.00
50	3.82	0.21	25.09	118.41	0.08	0.08	0.00	0.68	0.06	0.02	11.35	16.54	42.00	1.85	64.50	0.00	0.01	0.00
50	3.99	0.28	12.72	61.19	0.05	0.08	0.00	0.00	0.06	0.02	5.45	5.75	26.10	1.25	40.80	1.88	0.00	0.00
838	28,29	19,72	321,47	178,81	0,54	32,84	0,33	8,06	0,33	0,33	163,07	139,47	434,75	6,91	1 841,24	117,56	0,52	0,01

Полдник																		
С ПИЦЦОН																		
Премес плитки, наименование блока	Подовые вещества			Загрязненность, процент, евро	Витаминны				Минеральные вещества					№ р-ции, турны	Сборные р-циенты			
	Масса порции	Белка, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В12, мг	Са, мг	Мg, мг			Р, мг	Fe, мг	К, мг
10	3.76	10.34	18.96	208.75	0.04	0.21	0.03	2.03	0.34	0.40	14.26	6.81	47.23	0.83	75.86	2.79	0.01	0.01
180	9.04	4.50	8.12	101.72	0.05	1.26	0.06	0.00	0.00	0.31	216.92	25.25	171.00	0.90	262.80	4.00	0.04	0.00
190	0.40	0.30	47.80	47.80	0.02	5.03	0.00	0.38	0.08	0.02	19.92	12.00	16.00	2.90	155.00	1.00	0.01	0.00
359	9,20	16,64	37,38	366,47	0,11	6,27	0,08	2,38	0,25	0,74	249,24	44,81	234,23	2,63	602,66	3,79	0,06	0,01
95,98	93,32	333,46	1 653,22	0,61	40,84	0,55	12,70	0,79	1,28	1,28	866,74	240,86	914,34	14,15	2 956,41	132,92	3,81	0,02

9 день

Масса порции	Пшеница		Жир		Белки		Углеводы		Витамины		Минеральные вещества						№ рецептур		
	Балка, г	Жир, г	Творожная, г	Жир, г	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Ca, мг	Na, мг		Cl, мг	Se, мг
60	0,48	0,06	1,90	8,40	0,02	8,00	0,01	0,00	0,00	0,02	13,80	8,40	22,20	0,80	84,60	1,80	0,01	0,00	2011
95	11,37	8,80	231,17	8,40	0,02	0,04	0,02	2,90	0,08	0,08	14,50	16,71	100,67	2,09	214,87	4,80	0,02	0,00	2011
150	6,32	7,91	31,12	344,81	0,13	0,00	0,04	0,30	0,14	0,08	25,81	31,25	133,63	2,25	131,09	0,00	0,00	0,04	2053
200	0,87	9,19	19,58	83,42	0,02	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	242,00	2,00	0,00	0,00	2011
25	1,83	0,12	10,04	47,56	0,03	0,00	0,00	0,39	0,00	0,00	4,60	6,00	16,80	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008
826	20,87	29,21	37,23	615,76	0,25	7,64	0,07	3,21	0,22	0,18	71,43	70,24	297,90	7,90	698,52	8,60	0,04	0,04	
Обед																			
80	0,98	0,12	2,28	14,40	0,23	15,00	0,10	0,23	0,00	0,02	8,40	12,00	15,80	0,60	174,00	1,20	0,00	0,00	2011
250	3,03	2,70	24,11	136,51	0,68	8,89	0,33	0,36	0,03	0,07	32,50	31,44	75,86	1,12	419,60	5,51	0,04	0,00	2022
170	12,25	11,40	14,80	210,80	0,13	6,40	0,40	2,88	0,00	0,13	29,28	28,82	181,11	2,08	102,73	8,70	0,11	0,02	2011
180	3,04	4,50	6,72	107,72	0,04	1,20	0,05	0,00	0,00	0,00	0,31	218,00	25,20	0,00	203,00	0,04	0,00	0,00	2008
85	4,58	0,37	30,51	142,09	0,18	0,80	0,00	1,18	0,00	0,03	13,80	18,86	50,40	1,30	77,40	0,00	0,01	0,00	2008
50	3,21	0,44	21,20	101,88	0,08	0,80	0,00	1,18	0,00	0,04	8,00	9,58	43,60	2,00	66,30	2,80	0,00	0,00	2008
778	28,82	18,59	198,82	707,59	0,48	31,81	0,88	5,75	0,03	0,62	308,04	334,76	817,47	6,88	1758,52	18,21	0,20	0,00	
Полдник																			
40	4,64	6,99	12,68	130,44	0,64	0,88	0,07	0,58	0,08	0,00	111,80	12,12	80,92	0,81	42,12	0,00	0,01	0,00	2011
200	5,62	9,31	104,78	0,65	1,84	0,03	0,00	0,00	0,00	0,21	204,96	22,40	144,00	0,18	292,00	18,00	0,00	0,00	2022
100	0,90	0,25	8,10	43,50	0,04	60,00	0,01	0,22	0,00	0,00	34,00	13,00	23,00	0,30	197,00	2,00	0,00	0,00	2011
348	11,12	12,84	29,88	278,28	0,13	61,12	0,11	0,81	0,06	0,28	349,80	41,52	247,82	1,07	531,12	20,00	0,00	0,00	
62,68	6,84	297,34	1407,48	0,87	100,37	1,06	9,77	0,31	1,09	729,07	262,52	1065,29	15,81	2462,97	47,81	0,27	0,00		

9

10 день

Масса порции	Пшеница		Жир		Белки		Углеводы		Витамины		Минеральные вещества						№ рецептур		
	Балка, г	Жир, г	Творожная, г	Жир, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Ca, мг		Na, мг	Cl, мг
60	0,93	0,01	3,65	4,97	58,07	0,01	2,20	0,00	1,39	0,00	19,38	11,52	22,60	0,73	167,60	4,87	0,01	0,00	2011
170	14,80	8,80	30,60	259,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2011
200	3,41	2,43	17,40	135,90	0,04	0,52	0,02	0,00	0,00	0,11	112,08	29,38	81,08	0,48	178,84	9,00	0,00	0,04	11
100	6,40	9,40	47,00	8,00	0,83	10,00	0,01	0,83	0,00	0,42	16,30	8,00	11,00	2,20	278,00	2,60	0,01	0,00	338
20	1,53	0,12	10,94	47,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,60	6,00	16,80	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008
20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02	3,60	3,86	17,40	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	2008
878	21,31	15,68	81,55	886,79	0,31	12,83	0,03	3,02	0,00	0,16	153,64	162,36	188,88	4,39	872,60	16,19	0,02	0,00	
Обед																			
80	0,48	0,06	1,90	8,40	0,02	8,00	0,01	0,00	0,00	0,02	13,80	8,40	22,20	0,80	84,60	1,80	0,01	0,00	2011
250	1,81	1,10	10,71	96,80	0,06	6,50	0,20	2,34	0,00	0,00	32,78	21,21	48,00	0,88	308,58	3,90	0,02	0,00	2011
85	11,74	8,80	27,82	274,80	0,12	2,48	0,00	0,16	0,09	0,16	12,84	16,12	116,62	2,83	228,41	5,36	0,00	0,00	271
150	8,18	8,73	58,94	207,90	0,21	0,06	0,04	4,64	0,14	0,12	17,66	120,82	160,20	4,22	284,82	2,20	0,01	0,00	171,1
200	0,19	0,19	14,60	83,42	0,00	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	242,00	2,00	0,00	0,00	2011
48	3,25	0,78	20,57	94,73	0,06	0,00	0,00	0,78	0,00	0,00	15,20	33,60	33,60	0,80	270,00	0,00	0,01	0,00	2008
20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,04	0,00	0,00	0,44	0,00	0,02	3,60	3,86	17,40	0,80	27,20	1,12	0,00	0,00	2008
878	27,89	27,92	195,81	886,79	0,33	10,18	0,28	10,74	0,24	0,34	192,33	192,70	432,42	11,83	1254,27	18,37	0,06	0,00	
Полдник																			
100	8,15	2,96	30,05	249,90	0,09	0,22	0,12	0,75	0,00	0,00	36,03	19,80	163,28	1,28	143,69	8,20	0,04	0,00	2023
200	3,83	4,81	9,21	104,78	0,06	1,64	0,03	0,00	0,00	0,21	204,00	22,40	144,20	0,16	282,60	18,00	0,00	0,00	83
300	1,27	7,81	39,31	383,78	0,14	1,28	0,15	0,75	0,00	0,46	306,03	42,52	327,20	1,42	425,66	24,20	0,04	0,00	2022
63,36	60,82	226,38	1777,28	0,62	30,36	0,48	14,54	0,69	0,88	558,80	293,36	818,54	17,88	2383,36	58,82	0,14	0,00		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества		Зерновые цельнозер- новые, квас	Витамины							Минеральные вещества						
	Белок, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В12, мкг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	Se, мг
574,37	874,55	2 128,57	18 203,47	7,69	499,61	4 203,00	112,01	98,00	10,08	8 037,79	2 297,79	8 216,26	147,32	7 123,92	8,73	16,97	
57,44	57,44	212,86	1 030,52	0,77	49,96	420,33	11,20	9,80	1,01	603,78	229,79	921,83	14,73	712,39	0,87	1,69	
14,0	31,8	34,4															

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник
	531	800	320

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

7-11 лет

Наименование продукта	Норма на 1 чел., г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
ржаной	48	40	59	50	50	35	50	50	30	65	54	483	48		101	3,2	0,4	20,4	96,2
пшеничный	90	95	103	87	60	109	80	74	109	113	69	899	90		100	6,8	0,5	43,6	206,1
а (злаки), бобовые	9	55,5	20	21,1	65,7		73,7	4,8	18,2	1	42,9	302,9	30,3	21,3	337	3,4	2,2	21,9	125,6
ронные изделия	27	42	39,7	24	39,6	29,5		39,6	51,4	71,3	106,3	443,4	44,3	17,3	164	4,1	0,7	29,7	140,9
	9		51,1			51,1	14,4					116,6	11,7	2,7	130	1,2	0,2	8,0	38,2
шофель	112,2	148,4	50	172	128,4	50	147,2	111,3	200	138,6	50	1195,9	119,6	7,4	107	2,3	0,5	19,0	89,3
ии разные, зелень	168	166,2	163,1	134,9	194,6	107,5	303,2	91,1	192,9	190,6	1639,7	164		-4	98	2,5	1,7	10,7	65,5
ты свежие	111		100	207		200	100	100	207	100	100	1114	111		100	1,2	2,3	15,4	96,1
ты сухие	9	25	20	20			25					90	9		100			0,7	2,8
фруктовые (целье)	120	200			200	200		200		200	200	1200	120		100	0,6	0,1	11,9	50,8
	42	71,1	60,9	54,3		72,7	76,8	71,1	54,3	60,9	522,1	52,2		10,2	124	8,9	10,4		128,8
продукты (печень, сердце)	18														0				
	21		81,6		88,6		82,2		69,9	81,6	403,9	40,4		19,4	192	7,2	7,2		93,3
	34,8				120			66			186	18,6		-16,2	53	2,9	0,2		13,0
ко	180	219	200	100	24	395	90	200	109	200	300	1837	184	4	102	5,1	4,4	9,5	99,0
омолочные продукты	90		180			380	180	180	180	180	920	92		2	102	2,6	2,3	4,1	52,0
от	30	38		138	45		38			45	304	30			101	5,4	2,7	0,9	50,3
	6	12,6	12				12	12,6	12			61,2	6,1	0,1	102	1,4	1,8		22,3
ана	6	5		20,4			30		5			60,4	6		101	0,2	0,9	0,2	12,1
о сливочное	18	21,7	18,4	20,8	12,7	21,6	6,5	8,8	31,9	20	17,3	179,7	18		100	0,6	15,1	3,9	158,6
о растительное	9	9,8	18,3	13,3	11,2	8,6	8,7	13,9	8	10,2	21,1	123,1	12,3	3,3	137	0,6	13,9	3,8	146,9
	24	68,3	6,9	13	33,2	40,3	33,6		15,1		29,2	239,6	24		100	3,6	4,6	3,9	75,9
нный песок	18	30	20	27,5	21,7	15,7	12,8	12,5	28		11,7	179,9	18		100	0,6	1,9	21,3	108,9
итерские изделия	6						45					45	5	-1	75	0,3	0,4	3,4	18,8
	0,6		0,9	0,9	1,8			0,9	0,9			5,4	0,5	-0,1	90	0,1	0,2	0,2	1,3
	0,6	6										6	0,6		100	0,2	0,1	0,1	1,7
нный напиток	1,2					6					6	12	1,2		100	0,1	0,6	0,6	3,0
жи	0,12	0,3			0,3		0,3				0,3	1,2	0,12		100	0,6	1,9	3,8	39,3
кап	1,8								18			18	1,8		100			1,9	7,4
	1,8	1,6	1,5	2,3	2,3	1,2	2,3	0,7	2,2	1,7	2,2	18	1,8		100	0,6	1,9	3,8	39,2
ли	1,2													-1,2	0				
																66,3	76,3	242,7	1 984,3