

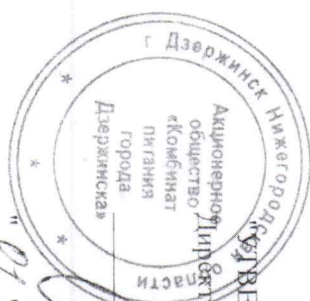


ДШ № 37

Топыба О.В.

расшифровка

2025 год



Кузнецов О.В.

2025 год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска

№ 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 21, 22, 24, 25, 26, 29, 33, 34, 37, 38, 39, 40, 68, 70, 71

на 2024-2025 учебный год

(возраст 7-11 лет)

Меню разработано на основе Сборника рецептов для общеобразовательных школ 2017г. Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий 1999г. Сборник химический состав блюд и кулинарных изделий 1994г. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области 2013 г.

№164/13	Суп картофельный с рисом, с мясом	10/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30		
№372/13	Мясо, тушенное с капустой	200	19,80	7,60	16,20	212,30	174,00	17,00	132,00	2,40	0,09	5,10	0,00	1,40		
№71/17	Овощи свежие д/г	30/30	0,64	0,08	1,36	8,00	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30		
№ 349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51		
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42		
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26		
	Итого за обед	780	35,01	20,78	94,03	666,30	276,40	94,15	354,90	6,40	0,42	15,22	0,20	3,19		
ПОЛДНИК																
ТТК	Роталик с вареным стуженым молоком	100	6,60	11,20	41,10	212,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08		
№575/13	Чай с лимоном	200/6	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00		
	Итого за полдник	306	6,85	11,30	55,20	274,00	19,20	13,00	46,80	1,48	0,06	6,20	0,01	0,08		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1844	78,63	70,16	284,23	1973,00	506,80	352,35	955,90	19,49	1,12	27,42	20,28	8,50		
			Пищевые			Минеральные			Витамины							
№ рсн	Наименование блюда	выход	вещества				вещества									
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ЗАВТРАК СРЕДА																
№338/17	Фрукт свежий	200	0,28	0,72	30,46	114,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20		
№432/13	Голень куриная отварная, с маслом сливочным	100/5	21,80	16,35	0,80	257,50	58,00	34,00	216,00	2,00	0,08	18,00	0,12	0,40		
№469/13	Спагетти отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80		
№575/13	Чай с лимоном	200	0,30	0,05	17,40	67,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00		
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52		
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21		
	Итого за завтрак	745	33,58	23,92	117,66	821,50	146,60	82,30	354,20	5,48	0,41	256,00	0,31	2,13		
ОБЕД																
№145/13	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	12,5/250/10	6,80	8,00	8,30	164,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20		
№331/13	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	22,13	11,50	16,10	133,70	44,00	35,00	205,00	2,00	0,18	13,00	0,03	4,20		
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20		
№73/17	Икра кабачковая д/г	50	0,80	3,15	3,70	45,50	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20		
№ 349/17	Компот из урожая	200	1,00	0,10	34,20	142,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51		
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42		
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26		
	Итого за обед	862,5	38,30	30,46	107,47	766,20	205,30	131,95	472,80	6,58	0,61	40,92	0,28	5,99		
ПОЛДНИК																
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	6,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80		
№575/13	Чай с лимоном	200/5	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00		
	Итого за полдник	305	12,39	6,24	52,77	320,70	74,67	19,67	127,34	1,67	0,12	3,00	0,04	0,80		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1912,5	84,27	60,62	277,9	1908,4	426,57	233,92	954,34	13,73	1,14	299,92	0,63	8,92		
			Пищевые			Минеральные			Витамины							
№ рсн	Наименование блюда	выход	вещества				вещества									
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е		

1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
ЗАВТРАК ЧЕТВЕРТ														
№420/10	Йогурт	120	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
№209/17	Йогурт вареное	50	6,00	5,50	0,30	78,00	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00
№2/13	Сыр твердый	25	6,25	7,42	0,00	90,83	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
№272/13	Каша молочная пшеница, с маслом сливочным	200/10	8,60	12,30	40,50	307,80	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21
	Итого за завтрак	665	31,51	30,89	104,35	826,03	793,40	105,50	671,00	4,81	0,43	3,20	140,14	105,31
ОБЕД														
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями (звёздочки), с мясом	10/250	7,40	5,80	23,00	204,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44
ТТК	Гуляш из филе куриного	50/50	16,00	11,80	3,30	184,00	18,00	19,00	155,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90
№469/13	Макароны отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
№71/17	Овощи свежие д/г	20/20	0,30	0,03	0,60	3,20	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26
	Итого за обед	840	36,17	25,94	115,77	880,20	130,60	89,15	378,10	8,12	0,41	17,70	15,24	5,32
ПОЛДНИК														
№604/13	Пирог печеный с конфитуром	100	5,50	5,00	58,00	300,30	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60
№346/17	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,10	28,00	115,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	6,00	5,10	86,00	415,30	36,00	14,00	54,00	1,60	0,07	9,00	0,09	1,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1805	73,68	61,93	306,12	2121,53	960	208,65	1103,1	14,53	0,913	29,9	155,47	112,23
Пищевые вещества														
№ рещ	Наименование блюда	выход	вещества				Минеральные вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК ПЯТНИЦА														
	Молоко витаминизированное фасованное	200	2,89	3,20	4,70	58,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
	Пудинг из творожного сыра Рикотта, со сливленным молоком	170/20	26,00	17,30	42,30	446,40	273,00	45,00	367,00	2,20	0,12	0,00	0,20	1,20
ТТК	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21
	Итого за завтрак	650	36,30	24,00	103,20	790,40	437,60	94,30	553,20	7,58	0,38	12,10	0,21	2,13
ОБЕД														
№83/17	Борщ с картофелем, с мясом, со сметаной	15/250/10	10,30	15,10	12,10	187,00	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
ТТК	Ёжики домашние	100	19,00	20,80	13,60	318,00	18,00	24,00	164,00	2,00	0,08	4,00	0,00	6,00
№492/13	Рагу овощное	180	4,20	8,00	13,80	143,00	53,00	29,00	101,00	1,20	0,68	11,00	0,96	0,80

№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26
	Итого за обед	815	38,07	46,31	98,57	930,00	191,80	126,75	440,50	7,16	1,04	26,00	1,21	8,78
ПОЛДНИК														
	Зерфир	50	0,39	0,00	38,50	149,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60
№611/13	Слобо обыкновенная	50	3,70	2,20	27,10	143,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90
№538/13	Напиток из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
	Итого за полдник	300	4,29	2,40	93,50	407,00	49,00	22,00	106,00	2,30	0,20	8,00	0,18	2,70
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1765	78,66	72,71	295,27	2127,40	678,40	243,05	1099,70	17,04	1,62	46,10	1,60	13,61
№ реч	Наименование блюда	Выход	Пищевые				Минеральные				Витамины			
			вещества				вещества							
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ														
ЗАВТРАК														
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	4,00	6,50	32,50	210,00	16,00	12,00	64,00	0,80	0,14	0,00	0,04	1,00
№1/13	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,10
№2/13	Сыр твердый	15	3,80	4,50	0,00	54,50	264,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
№272/13	Каша молочная рисовая, с маслом сливочным	200/5	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21
	Итого за завтрак	740	22,40	34,00	148,70	993,50	562,60	105,30	546,20	7,74	0,47	13,36	0,27	3,11
ОБЕД														
	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50
№154/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55
№412/13	Макаронные отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
ТТК	Капуста квашеная длг	50	0,60	0,05	1,50	11,50	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26
	Итого за обед	890	30,89	37,77	123,56	930,50	220,30	125,77	479,30	7,03	0,59	16,88	0,27	54,49
ПОЛДНИК														
№633/13	Булочка с сыром	100	6,9	12,1	54	368,8	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
	Итого за полдник	300	7,60	12,19	86,00	481,80	56,40	30,10	98,10	1,50	0,11	6,02	0,02	0,65
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1930	60,89	83,96	358,26	2405,80	839,30	261,17	1123,60	16,27	1,17	36,26	0,56	58,25
			Пищевые				Минеральные				Витамины			

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	вещества				вещества										
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мg	P	Fe	B1	C	A	E			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЗАВТРАК																	
Вторник																	
№338/17	Напиток кисломолочный "Имунелс"	100	2,70	1,50	11,60	68,00	16,00	8,00	12,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
№338/17	Фрукт свежий	160	0,72	0,66	24,26	114,40	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20			
№268/17	Шиндель мясной с соусом	75/25	12,20	14,90	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60			
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70			
№575/13	Чай с лимоном	200/10	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21			
	Итого за завтрак	810	30,67	25,76	138,16	928,40	117,40	237,30	513,20	12,88	0,61	45,00	0,04	5,43			
ОБЕД																	
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	12,5/250/10	7,85	6,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24			
№420/13	Запеканка картофельная с мясом	200	16,80	16,70	36,10	355,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00			
№71/17	Овощи свежие д/т	35	0,02	0,02	0,30	1,60	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30			
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20			
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26			
	Итого за обед	767,5	29,34	26,19	100,08	741,20	118,90	115,15	438,10	10,72	1,41	44,70	18,34	6,42			
ПОЛДНИК																	
№611/13	Мармелад фруктово-ягодный	36	0,18	0,00	35,10	131,85	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,16	0,00			
№611/13	Сладоба обыкновенная	140	10,30	6,10	65,00	343,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90			
№575/13	Чай с лимоном	200/8	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00			
	Итого за полдник	384	10,73	6,20	114,20	536,85	35,00	17,00	71,00	2,70	0,13	6,00	0,25	0,90			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1961,5	70,74	58,15	352,44	2206,45	271,30	369,45	1022,30	26,30	2,15	95,70	18,63	12,75			
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые					Минеральные					Витамины				
			вещества			ккал	вещества			Fe	B1	C	A	E			
1	2	3	белки	жиры	углеводы		Са	Мg	P						11	12	13
ЗАВТРАК																	
СРЕДА																	
№1/13	Молоко витаминизированное фасованное	200	2,80	3,20	4,70	58,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
№1/13	Масло шоколадное	15	0,18	9,30	0,30	96,60	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,10			
ТТК	Терфегли куринные с соусом	75/25	12,80	16,80	12,90	227,00	52,00	25,00	117,00	2,00	0,07	10,00	0,09	4,50			
№469/13	Макаронны отварные	180	6,30	12,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80			
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21			
	Итого за завтрак	755	29,84	45,67	98,95	875,60	233,40	81,20	341,20	7,31	0,39	15,30	20,19	6,33			
ОБЕД																	
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с цыпленком	20/250	8,40	8,90	20,00	196,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44			
№350/13	Шиндель рыбный натуральный	100	17,80	13,40	9,00	228,00	52,00	20,00	182,00	1,60	0,10	0,00	0,06	4,60			

№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20
№71/17	Овоши свежие д/г	40	0,30	0,03	0,60	3,20	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№389/17	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26
	Итого за обед	850	35,07	30,04	94,97	793,20	200,60	112,15	454,10	8,62	0,54	20,70	15,28	8,42
ПОЛДНИК														
ТТК	Пирог печеный с мясом и капустой	100	11,90	6,50	15,50	292,20	18,70	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14
№346/17	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,10	28,00	115,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	12,40	6,60	43,50	407,20	26,70	18,30	71,30	1,80	0,10	8,30	0,02	0,14
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1905	77,31	82,31	237,42	2076,00	460,70	211,65	866,60	17,73	1,03	44,30	35,49	14,89
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые			Минеральные			Витамины					
			вещества			вещества			вещества					
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
ЗАВТРАК ЧЕТВЕРТ			4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
№420/10	Йогурт	120	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
№338/17	Фрукт свежий	130	0,72	0,66	24,26	114,40	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
	Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	180/20	23,04	10,33	41,64	351,00	237,00	41,00	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00
ТТК	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	3,20	0,80	22,80	112,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,60	42,00	14,00	14,10	47,40	0,78	0,07	0,00	0,00	0,21
	Итого за завтрак	710	31,33	14,01	128,50	773,80	535,70	91,20	573,00	4,06	0,40	38,63	20,18	1,93
ОБЕД														
№153/13	Расходник Ленинградский с мясом, со сметаной	10/250/10	8,50	9,20	17,20	187,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
№440/13	Плов из птицы	200	15,50	18,50	27,70	339,00	33,00	35,00	162,00	2,00	0,09	11,00	0,22	4,50
№73/17	Икра кабачковая д/г	50	0,80	3,15	3,70	45,50	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26
	Итого за обед	780	29,97	33,25	105,47	824,50	137,30	107,95	370,80	5,68	0,32	19,92	0,43	6,09
ПОЛДНИК														
ТТК	Роталик с конфитуром	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
	Итого за полдник	300	4,28	6,20	51,90	245,00	18,20	12,00	40,80	1,48	0,07	5,20	0,01	0,28
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1790	65,58	53,46	285,87	1843,30	691,20	211,15	984,60	11,22	0,79	63,75	20,62	8,30
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые			Минеральные			Витамины					
			вещества			вещества			вещества					
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е
			4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00

[illegible]

ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОННОМ ПИТАНИИ
ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ С 01.04.2025г.

ПО ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ С 01.04.2023г.															
Наименование группы продуктов		Рекомендуемое количество продуктов(несто) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (несто) на одного человека										В среднем за 10 дней	В среднем за 1 день	Отклоне- ние от нормы в % (+/-)
			сд. изм.												
			7-11 лет (10 дн)												
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Мясо	г/р	42	67,5	65	20	16	83	57	72	0	16	16	412,5	41,3	98,2
Птица	г/р	21	0	0	132	64	0	0	0	76	54	64	390,0	39,0	185,7
Рыба	г/р	34,8	0	0	81	0	0	26	0	104	0	0	211,0	21,1	60,6
Яйцо	г/р	24	50	12	5	50	12	8	16	8	12	50	223,0	22,3	92,9
Молоко	г/р	180	216	260	0	156	310	202	0	270	60	425	1899,0	189,9	105,5
Кисломолочные продукты	г/р	90	100	0	0	120	0	0	100	0	120	0	440,0	44,0	48,9
Творог	г/р	30	0	0	36	0	128	0	0	0	100	0	264,0	26,4	88,0
Сметана	г/р	6	0	0	10	0	16	0	10	0	10	10	56,0	5,6	93,3
Сыр	г/р	6	10	0	0	0	0	23	0	0	0	25	83,0	8,3	138,3
Масло сливочное	г/р	18	22	14	18	23	14	18	16	28	14	12	179,0	17,9	99,4
Масло растительное	г/р	9	10	12	10	11	10	12	7	10	12	7	101,0	10,1	112,2
Макаронные изделия	г/р	9	61	0	61	68	0	48	0	61	15	12	166,0	16,6	134,4
Крупы, бобовые	г/р	27	36	73	0	41	10	41	73	0	41	0	315,0	31,5	116,7
Сахар	г/р	18	18	20	18	16	22	19	20	18	18	18	187,0	18,7	103,9
Кондитерские и выпеч- ные изделия	г/р	6	0	28	0	0	50	50	0	0	0	0	128,0	12,8	213,3
Картофель	г/р	112,2	50	75	205	75	115	75	210	205	75	195	1280,0	128,0	114,1
Овощи	г/р	168	100	310	140	120	195	130	143	120	195	120	1573,0	157,3	93,6
Сухофрукты	г/р	9	20	20	24	0	20	40	0	0	20	0	144,0	14,4	160,0
Чай	г/р	0,6	0	2	2	0	0	0	4	0	1	1	10,0	1,0	166,7
Кофейный напиток, какао	г/р	1,8	5	2	0	2	5	5	0	2	0	5	26,0	2,6	144,4
Фрукты	г/р	111	0	6	208	42	236	0	214	30	180	52	968,0	96,8	87,2
Сок	г/р	120	200	0	0	200	0	200	0	200	0	0	800,0	80,0	66,7
Соль	г/р	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	18,0	1,8	100,0
Мука	г/р	9	31	28	28	28	16	28	28	28	31	28	189,0	18,9	210,0
Хлеб ржаной	г/р	48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500,0	50,0	104,2
Хлеб пшеничный	г/р	90	85	93	82	88	86	83	78	83	88	99	865,0	86,5	96,1