

"СОГЛАСОВАНО"
Директор школы № 37
Школа № 37
Одобрено
2025 год

Акционерное общество
"Комбинат питания г. Дзержинска"
Директор АО "Комбинат питания г. Дзержинска"
Кузнецов О.В.
"СБ" 2025 год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска
№ 2, 3, им. А.О. Моева, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 21, 22, 24, 25, 26, 29, 33, 34, 37, 38, 39, 40, 68, 70, 71
на 2025-2026 учебный год
(возраст 7-11 лет)

Меню разработано на основе Сборника
рецептур для общеобразовательных школ 2017г.
(под ред. Могильного и Гутельяна)
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.
(под ред. В.Т. Лапиной; Хлебпродинформ)

№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые						Минеральные						Витамины				
			вещества						вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
ПЕРВАЯ ПОЕДАНИЕ																			
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК																			
	Молочный коктейль, фасованный	200	2.80	2.50	9.60	77.30	14.00	8.00	14.00	2.80	0.02	4.00	0.00	0.20					
	Кондитерское изделие промышленного производства	17	1.39	3.93	9.25	78.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
№308/13	Омлет с сыром	70	8.50	10.80	1.20	157.65	42.00	7.00	91.00	1.00	0.03	0.00	0.10	1.80					
	Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным	200/10	6.50	17.10	33.80	315.00	129.00	38.00	162.00	1.70	0.11	1.30	0.05	0.38					
11К	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					
11К	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					
11К	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	757	26.95	38.00	101.20	882.98	340.40	94.20	439.20	7.21	0.40	6.60	20.15	3.11					
ОБЕД																			
№165/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	10/250	10.60	12.10	18.60	173.00	50.00	38.00	139.00	1.90	0.16	6.00	0.21	0.30					
№402/13	Пюре из свеклы	75/50	16.10	13.00	8.30	195.00	10.00	12.50	96.30	1.25	0.05	1.25	0.00	3.75					
№469/13	Макаронные изделия 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					
№73/17	Икра рыбная д/т	90	0.54	2.90	4.40	81.00	2.10	1.40	4.50	0.02	0.01	0.20	0.00	0.20					
№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					
11К	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					
11К	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	915	39.41	39.21	116.27	948.00	122.90	94.65	378.30	8.73	0.51	11.45	0.24	5.93					
ПОЛДНИК																			
	Мармелад фруктово-ягодный	30	0.18	0.00	24.30	97.80	13.00	3.00	3.00	1.00	0.01	3.00	0.16	0.00					
№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					
№675/13	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	335	7.33	12.20	92.40	528.60	45.00	21.30	74.30	2.80	0.11	11.30	0.18	0.14					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	2007	73.69	89.41	309.87	2559.58	508.30	210.15	891.80	18.74	1.02	29.35	20.57	9.18					
№ рецеп	Наименование блюда	выход	Пищевые						Минеральные						Витамины				
			вещества						вещества						Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	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	Фрукт свежий	100	0.80	0.20	7.50	38.00	35.00	11.00	17.00	0.10	0.06	38.00	0.00	0.20					
	Батончик злаковый с витаминами	25	1.25	1.25	16.00	80.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00					
№271/17	Котлеты домашние с соусом	75/25	15	19.8	11.8	286	25	34	126	1.7	0.13	0.7	0.03	3.6					
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.2	7.6	46.4	294	16.8	16.2	242	5.4	0.25	0	0.04	0.7					
№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					
11К	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					
11К	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	605	34,75	32,45	137,90	984,00	227,40	248,30	557,20	9,78	0,68	46,80	0,08	5,23
Обед														
№13/13	Рис отварен, картофель - пюре, сметана	10 3,30 10	8,80	9,30	17,20	192,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
№430/13	Запеченный картофель с маслом	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
№439/17	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
11К	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
11К	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	730	30,47	28,30	110,17	800,00	130,50	126,55	481,30	10,36	0,57	38,72	3,33	6,39
Полдник														
11К	Рожки с вареным слоеным 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
№346/17	Напиток из сухофруктов	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	7,10	11,30	69,10	327,00	19,20	13,00	46,80	1,48	0,06	6,20	0,01	0,08
	Итого за день	1695	72,32	71,95	317,17	2111,00	377,10	387,85	1085,30	21,62	1,31	91,72	3,42	11,70
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
ЗАВТРАК														
11К	Яйца	110	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
№4/13	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	35	8,58	9,80	0,00	122,50	164,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
№272/13	Каша манная рисовая, с маслом сливочным	200 10	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88
№675/13	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
11К	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
11К	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	625	22,48	32,35	104,80	795,90	547,60	84,80	491,20	4,24	0,32	201,86	20,38	1,91
Обед														
№13/13	Борщ с картофелем, с куриной грудкой, со сметаной	15 250 10	10,30	15,10	14,10	187,00	51,00	61,00	72,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
№342/13	Котлеты рыбные	100	11,30	9,60	9,80	185,00	49,00	19,82	182,40	1,60	0,13	0,00	0,07	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
№590/13	Напиток из куран	200	1,00	0,10	28,20	119,00	29,00	18,00	28,00	1,00	0,02	0,00	0,09	0,90
11К	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
11К	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	30,17	32,51	97,27	772,00	211,80	155,57	455,90	6,96	0,55	16,00	0,42	6,18
Полдник														
№61/13	Сдоба обыкновенная	100	7,50	4,13	60,00	296,00	13,75	10,00	60,00	0,75	0,14	0,00	0,02	0,88
№85/13	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	113,00	240,00	28,00	190,00	0,00	0,08	2,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	13,30	10,53	68,00	409,00	253,75	38,00	250,00	0,75	0,22	2,00	0,02	0,88
	Итого за день	1740	65,95	75,39	270,07	1976,9	1013,15	278,37	1197,1	11,95	1,09	219,86	20,82	8,97
			Пищевые				Минеральные				Витамины			

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	вещества				вещества				витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ЗАВТРАК/ЧЕЛОВЕК															
	Молоко фазованное	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	
	Кондитерское изделие промышленного производства	17	1,39	3,93	9,25	78,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
№294/17	Выпечка рубленые из птицы	100	14,98	23,57	15,50	299,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83	
№469/13	Сладости 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	
№581/13	Кондитерские напитки 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	
ОБЕД	Итого за завтрак	757	33,53	40,17	114,40	919,53	199,20	78,80	359,40	7,11	0,45	6,00	76,03	2,56	
ПОЛДНИК															
№606/13	Ватрушка с конфитуром	100	5,74	2,80	58,67	284,00	18,67	9,34	52,00	0,94	0,11	0,00	0,03	0,67	
№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	
	Итого за полдник	300	7,14	3,00	85,07	404,00	32,67	17,34	66,00	3,74	0,13	4,00	0,03	0,87	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1832	77,94	77,42	322,59	2232,53	342,77	205,19	872	18,43	1,033	44	92,74	12,15	
№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Пищевые				Минеральные				Витамины				
			вещества				вещества								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ЗАВТРАК/ПТИЦА															
№338/17	Фрукты свежие	110	0,88	0,22	8,25	41,80	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20	
	Батончик злаковый с витаминами	25	1,25	1,25	16,00	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ТТК	Запеканка из творога с морковью, со специями и 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	
№376/17	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	
ОБЕД	Итого за завтрак	595	29,84	12,82	112,29	686,80	312,70	80,70	463,00	3,96	0,36	38,03	0,18	1,93	
№157/13	Суп из овощей с куриной грудкой и сметаной	20/250/10	7,85	8,96	10,91	129,60	38,60	22,80	59,00	0,82	0,83	11,30	15,22	0,24	

1 ПК	Гуси из филе крупного	50,50	16,00	12,80	3,30	184,00	18,00	19,00	155,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90
№469/13	Макаронные изделия 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
1 ПК	Капуста квашеная дл	80	0,96	0,08	2,40	18,40	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86
№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
1 ПК	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
1 ПК	Батон пшеничный 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	900	37,28	30,15	105,48	821,00	214,85	103,97	412,30	8,49	1,23	22,18	15,28	50,68
ПОЛДНИК														
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	7,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
№538/13	Пантос из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,60	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
	Итого за полдник	300	12,34	7,34	66,57	373,70	73,67	18,67	121,34	1,67	0,13	2,00	0,04	1,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1795	79,46	50,31	284,34	1881,50	601,22	203,34	996,64	14,12	1,72	62,21	15,50	53,61
№ рсн	Наименование блюда	выход	Пищевые						Минеральные					
			вещества			вещества			вещества			Витамины		
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	BI	C	A	E
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ														
ЗАВТРАКПОПЕЧЕНЫЕ														
	Молочный коктейль фрисованный	200	2,80	2,50	9,60	77,30	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
№209/17	Ябло вареное	60	7,80	7,20	0,60	98,40	22,00	4,80	76,80	1,00	0,03	0,00	100,00	104,00
№2/13	Сыр твердый	25	6,13	7,00	0,00	87,50	164,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20
№272/13	Каши молочная рисовая, с маслом сливочным	200/10	6,00	11,20	39,70	283,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88
№581/13	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
1 ПК	Батон пшеничный 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
1 ПК	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	30,49	31,57	97,25	801,20	472,40	98,00	557,00	7,07	0,36	6,56	120,15	106,01
ОБЕД														
№164/13	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
№412/13	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
№469/13	Макаронные изделия 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
1 ПК	Капуста квашеная длг	80	0,96	0,08	2,40	18,40	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
1 ПК	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
1 ПК	Батон пшеничный 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	920	31,25	37,80	124,46	937,40	220,30	125,77	479,30	7,03	0,59	16,88	0,27	54,49
ПОЛДНИК														
№606/13	Ватрушка с конфитуром	100	5,74	2,80	58,67	284,00	18,67	9,34	52,00	0,94	0,11	0,00	0,03	0,67
№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
	Итого за полдник	300	7,14	3,00	85,07	404,00	32,67	17,34	66,00	3,74	0,13	4,00	0,03	0,87
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1975	68,88	72,37	306,78	2142,60	725,37	241,11	1102,30	17,84	1,08	27,44	120,45	161,37
			Пищевые				Минеральные				Витамины			

№ п/п	Наименование блюда	выход	вещества				вещества				витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ЗАВТРАК															
№138/17	Фрукт свежий	150	0,39	0,60	21,00	98,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20	
№138/17	Молоко 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	
№168/17	Шинель 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	
№157/13	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	
№59/13	Отвар из шиповника	200	0,85	0,00	23,32	99,14	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0	
11К	Батон витаминизированный 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	
11К	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	890	31,04	27,30	137,22	939,14	120,40	235,30	508,20	12,88	0,62	242,00	0,20	5,43	
ОБЕД															
№145/13	Шницель с ветчиной с картофелем, мясом и сметаной	10250/10	6,80	8,00	8,30	164,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20	
№167/13	Жаркое по-голландски	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	
№173/17	Икра кабачковая д/т	50	0,45	3,50	3,70	45,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20	
11К	Напиток из свежих яблок	200	0,10	0,10	26,40	108,00	5,00	2,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,00	0,40	
11К	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	
11К	Батон витаминизированный 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	31,62	21,51	79,47	669,30	260,90	70,15	281,00	6,18	0,38	30,30	0,21	2,88	
ПОЛДНИК															
№120/17	Сосиски, запеченная в тесте	100	9,10	11,00	27,25	246,00	22,40	22,80	91,29	1,47	0,09	0,00	3,75	4,33	
№155/13	Чай с лимоном	200/15	0,30	0,11	14,70	63,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00	
	Итого за полдник	315	9,40	11,11	41,95	309,00	30,40	27,80	101,29	2,47	0,09	3,00	3,75	4,33	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1985	72,06	59,92	258,64	1917,44	411,70	333,25	890,49	21,53	1,09	275,30	4,16	12,64	
№ п/п	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ЗАВТРАК															
11К	Йогурт	110	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00	
№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	30	7,80	9,10	0,00	111,00	164,00	11,00	150,00	0,30	0,01	0,00	0,09	0,20	
№178/13	Суп молочный с макаронными изделиями (звездочки)	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30	
№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	
11К	Батон витаминизированный 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	
11К	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	660	24,00	27,80	94,20	721,40	687,60	81,80	558,20	4,48	0,37	9,70	20,19	1,33	
ОБЕД															
№164/13	Суп картофельный с рисом, с куриной грудкой	12,5/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30	

1 ТК	Пюре из рыбы с овощами	50,50	11,90	6,90	5,50	132,00	44,00	85,00	205,00	2,00	0,18	15,00	0,03	4,20
№473/13	Картофельное пюре	180	8,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20
1 ТК	Кукуруза консервированная д/г	50	1,44	0,30	4,95	29,00	1,50	6,50	14,10	0,10	0,08	2,40	1,30	1,10
№ 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
1 ТК	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
1 ТК	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	852,5	31,01	25,70	107,22	748,00	185,70	142,05	517,40	6,96	0,72	29,12	1,57	6,99
ПОЛДНИК														
№611/13	Сдоба обыкновенная	100	7,50	4,13	60,00	296,00	13,75	10,00	60,00	0,75	0,14	0,00	0,02	0,88
№585/13	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	113,00	240,00	28,00	190,00	0,00	0,08	2,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	13,30	10,53	68,00	409,00	253,75	38,00	250,00	0,75	0,22	2,00	0,02	0,88
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1812,5	68,31	64,03	269,42	1878,40	1127,05	201,85	1325,60	12,19	1,31	40,82	21,78	9,20
№ рсн	Наименование блюда	выход	Пищевые				Минеральные				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
1	2	3	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00
ЗАВТРАК ЧЕТВЕРГ														
№338/17	Фрукт свежий	180	0,47	0,72	25,00	114,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
	Кондитерское изделие промышленного производства	50	3,80	5,90	38,00	208,50	14,50	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
№432/13	Пюре куриная отварная	100	21,80	12,20	0,80	200,00	58,00	34,00	216,00	2,00	0,08	18,00	0,12	0,40
№459/13	Рис отварной	180	3,70	6,30	32,80	195,00	3,00	19,00	61,00	0,60	0,02	0,00	0,05	0,30
№376/17	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
1 ТК	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
1 ТК	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	770	34,44	26,14	143,00	931,50	151,20	102,70	379,00	4,56	0,36	56,03	0,17	1,63
ОБЕД														
№136/13	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и сметаной	10 250,10	9,60	18,46	13,10	176,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
1 ТК	Тфтели куриные 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
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	16,2	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7
№673/17	Икра кабачковая д/г	70	0,42	2,30	3,50	64,00	2,10	1,40	4,50	0,02	0,01	0,20	0,00	0,20
1 ТК	Напиток из свежемороженых ягод	200	0,20	0,10	26,70	115,00	8,00	4,00	6,00	0,60	0,02	20,00	0,00	0,20
1 ТК	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
1 ТК	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	880	37,69	42,57	127,47	1016,20	166,70	245,15	516,00	11,28	0,61	41,20	0,35	6,48
ПОЛДНИК														
№633/13	Мармелад фруктово-ягодный	30	0,18	0,00	24,30	97,80	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,16	0,00
№633/13	Булочка с сыром	100	6,90	12,10	54,00	368,80	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14
№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	335	7,33	12,20	92,40	528,60	45,00	21,30	74,30	2,80	0,11	11,30	0,18	0,14
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1985	79,46	80,91	362,87	2476,30	362,90	369,15	969,30	18,64	1,08	108,53	0,70	8,25
			Пищевые				Минеральные				Витамины			

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	вещества				вещества							
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E
ЗАВТРАК														
№38/17	Фрукт свежий	100	0,80	0,20	7,50	38,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
	Батончик изюмовый с витаминизацией	25	1,25	1,25	16,00	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
11К	Запеканка из творога с яблоками, со ступенчатым молоком	180/20	23,00	14,50	15,50	254,70	237,00	41,00	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00
№575/13	Чай с шиповником	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
11К	Батон витаминизированный 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
11К	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	585	29,95	17,00	87,80	503,70	314,60	82,30	463,20	4,68	0,37	238,00	0,34	1,93
ОБЕД														
№166/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с куриной грудкой	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
11К	Ежики 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
№487/13	Капуста тушеная	180	4,60	5,20	11,80	131,00	108,00	35,00	71,00	1,40	0,05	32,00	0,13	0,30
11К	Кукуруза консервированная дл Сока	50	1,44	0,30	4,95	29,00	1,50	6,50	14,10	0,10	0,08	2,40	1,30	1,10
№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
11К	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
11К	Батон витаминизированный 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	860	39,31	37,71	101,62	934,00	219,90	123,05	426,60	9,18	0,50	52,70	16,61	10,72
ПОЛДНИК														
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	8,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
11К	Напиток из свежих яблок	200	0,10	0,10	26,40	108,00	5,00	2,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,00	0,40
	Итого за полдник	300	12,24	8,24	65,07	366,70	71,67	16,67	120,34	1,67	0,13	3,00	0,04	1,20
	Итого за день:	1745	81,50	62,95	254,49	1709,00	606,17	222,02	1010,14	15,53	1,00	293,70	16,99	13,85
	Итого за 10 дней:	18571,50	739,57	704,66	2956,24	20685,25	6075,73	2712,28	10340,67	170,59	11,74	1192,93	317,13	300,92
	В среднем за 1 день:	1857,15	73,96	70,47	295,62	2068,53	607,57	271,23	1034,07	17,06	1,17	119,29	31,71	30,09

ФОРМА 3. БУДНОСТЬ КОЛЛЕКЦИОНА РАЦИОНАМ ПИТАНИЯ
по дате проведения меню с 10.1.2025г.

Наименование продукта	Расчетное количество продукта (кг) в меню на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически потреблено продуктов в меню (факт) на одного ребенка										Расчетная на 10 детей	Расчетная на 1 группу	Отклонение по объему продукта в % (+/-)
		7-11 лет (10 шт)												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Масло	кг 42	63,5	139	0	74	0	57	146	16	16	49	560,5	56,1	133,5
Ирина	кг 21	0	0	19	111	105	0	0	0	132	28,6	392,6	39,3	187,0
Раста	кг 34,8	0	0	86	0	0	25	0	81	0	0	192,0	19,2	55,2
Минио	кг 24	50	12	14	12	14	60	12	14	12	14	214,0	21,4	89,2
Молоко	кг 180	366	183	102	250	66	352	200	265	70	60	1914,0	191,4	106,3
Кисломолочные продукты	кг 90	0	0	310	0	0	0	0	310	0	0	620,0	62,0	68,9
Борог	кг 30	0	0	0	0	156	0	0	0	0	156	312,0	31,2	104,0
Сметана	кг 6	0	10	10	0	16	0	10	0	10	6	62,0	6,2	103,3
Сыр	кг 6	10	0	20	0	0	25	0	20	10	0	85,0	8,5	141,7
Масло сливочное	кг 18	22	14	26	18	14	26	16	18	20	16	190,0	19,0	105,6
Масло растительное	кг 9	10	12	10	11	10	12	7	10	12	7	101,0	10,1	112,2
Макаронные изделия	кг 9	61	0	0	68	61	61	0	20	0	61	166,0	16,6	134,4
Крупы, бобовые	кг 27	36	73	44	51	0	44	73	0	73	0	394,0	39,4	145,9
Сухар	кг 18	18	20	16	16	22	19	20	16	18	18	183,0	18,3	101,7
Кондитерские и выпеч- ные изделия	кг 6	17	0	0	17	0	0	0	0	50	0	84,0	8,4	140,0
Картофель	кг 112,2	75	210	234	70	67	75	175	225	67	75	1273,0	127,3	113,5
Овощи	кг 168	144	102	72	148	165	167	118	111	124	291	1442,0	144,2	85,8
Сыпучие	кг 9	0	20	24	0	0	20	20	20	0	4	108,0	10,8	120,0
Чай	кг 0,6	2	0	1	0	2	0	2	0	2	1	10,0	1,0	166,7
Кофейный напиток, какао	кг 1,8	2	6	0	2	0	2	0	6	0	0	18,0	1,8	100,0
Фрукты	кг 111	6	121	0	72	135	0	214	0	206	182	936,0	93,6	84,3
Сок	кг 120	200	0	0	200	200	200	0	0	0	0	1000,0	100,0	83,3
Соль	кг 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
Мыка	кг 9	30	28	30	28	28	28	28	30	30	28	189,0	18,9	210,0
Хлеб пшениш	кг 48	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500,0	50,0	104,2
Хлеб пшенишный	кг 90	85	82	95	82	86	86	78	92	88	85	859,0	85,9	95,4