

Составлено

Директор

№ 004/2023 от 23



Васильченко Ю.М.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

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

ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА

2023 - __ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2023 г.



Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | Д Е Н Ъ 1 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|-----------------------------------------|--------------|------------------------|--------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|---------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 236 / 21 | Каша рисовая молочная жидкая | 210 | 6,643 | 8,4 | 34,280 | 215,33 | 1,373 | 0,06 | 0,22 | 41,41 | 186,13 | 17,60 | 34,674 | 0,5 | 0 |
| 54-1з / 22г | сыр твёрдых сортов в нарезке | 30 | 7 | 8,8 | 0,000 | 107,50 | 0,21 | 0,01 | 0,09 | 78,00 | 264 | 150 | 11 | 0,3 | 0 |
| 54-2гн/22 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,500 | 26,80 | 0,04 | 0 | 0,01 | 0,3 | 4,5 | 7,2 | 3,8 | 0,73 | 0 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (Печенье) | 35 | 2,325 | 3,631 | 22,420 | 130,96 | 0,00 | 0,035 | 0,020 | 3,50 | 10,00 | 0,00 | 0,70 | 0,070 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 35 | 1,348 | 0,481 | 18,970 | 85,60 | 0 | 0,043 | 0,014 | 0,00 | 7 | 22,75 | 4,9 | 0,0385 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,695 | 0,45 | 12,560 | 61,07 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| 82 / 21 | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,905 | 0,2 | 12,220 | 54,26 | 13,33 | 0,04 | 0,03 | 0 | 34 | 17 | 1,3 | 0,3 | 0 |
| ИТОГО за завтрак | | 640 | 20,12 | 21,96 | 106,95 | 681,5 | 14,95 | 0,3 | 0,464 | 123,18 | 515,5 | 284,6 | 58,37 | 1,9485 | |
| Норма по СанПин 25% | | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -2,65 | -1,13 | 2,92 | 0,06 | -3,64 | -5,86 | 4,00 | -11,31 | 17,96 | -1,29 | -5,54 | -14,18 | |
| О Б Е Д | | | | | | | | | | | | | | | |
| 70 / 17 | Овощи натуральные солёные (огурец) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,60 | 2,1 | 0,06 | 0,06 | 0 | 13,8 | 14,4 | 8,4 | 0,36 | 0 |
| 113 / 21 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,3 | 3,575 | 14,6 | 115,75 | 4,75 | 0,162 | 0,15 | 17,50 | 35,325 | 89,25 | 34,38 | 2,02 | 0 |
| 373 / 21 | Котлеты "Нежные" | 120 | 12,451 | 12,821 | 7,363 | 244,08 | 0,84 | 0,017 | 0,13 | 102,00 | 201,0 | 20,6 | 44,40 | 2,86 | 0 |
| 143 / 17 | Рагу из овощей | 180 | 2,906 | 12,646 | 33,805 | 260,66 | 21,4 | 0,11 | 0,084 | 78,9 | 63,7 | 30,3 | 2,79 | 0,79 | 0 |
| 501 / 21 | Сок фруктовый (персиковый) | 200 | 1 | 0 | 23,4 | 97,60 | 1,2 | 0,004 | 0,004 | 0,000 | 30,4 | 36 | 0,8 | 1,80 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 2,31 | 0,825 | 32,52 | 146,75 | 0 | 0,0720 | 0,024 | 0,00 | 12 | 39 | 8,4 | 0,066 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| ИТОГО за обед | | 910 | 27,71 | 30,53 | 129,45 | 952,87 | 30,29 | 0,5318 | 0,6 | 198,4 | 369,43 | 323,15 | 101,81 | 7,914 | |
| Норма по СанПин 35% | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -4,21 | -1,82 | -1,20 | 0,03 | 8,27 | 2,99 | 0,06 | -13,0 | -4,2 | -8,1 | -1,07 | 8,97 | |
| П О Л Д Н И К | | | | | | | | | | | | | | | |
| 465 / 21 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,20 | 4,75 | 17,88 | 135,25 | 1,04 | 0,06 | 0,25 | 26,45 | 215,5 | 172,8 | 34,8 | 0,809 | 0 |
| ТТК / 3 / 17 | Бутерброд с сыром | 20 / 30 | 4,18 | 4,20 | 14,20 | 78,95 | 0,17 | 0,002 | 0,15 | 32,50 | 98,63 | 110,88 | 15,95 | 0,039 | 0 |
| 82 / 21 | Фрукты свежие (банан) | 140 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 56,40 | 14 | 0,056 | 0,07 | 0,00 | 11,2 | 39,2 | 51,24 | 0,84 | 0 |
| ИТОГО за полдник | | 390 | 9,86 | 9,428 | 43,84 | 270,60 | 15,207 | 0,12 | 0,47 | 58,954 | 325,33 | 322,88 | 101,99 | 1,69 | |
| Норма по СанПин 10% | | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,96 | 0,25 | 1,45 | -0,05 | 11,72 | -1,57 | 19,38 | -3,45 | 17,1 | 16,9 | 24,0 | -0,62 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 47,82 | 52,49 | 236,40 | 1634 | 45,24 | 0,80 | 1,03 | 321,58 | 885,0 | 608 | 160,2 | 9,9 |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -6,86 | -2,9 | 1,72 | 0,09 | 4,63 | -2,87 | 4,06 | -24,3 | 13,7 | -9,4 | -6,6 | -5,2 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 37,57 | 39,96 | 173,29 | 1223 | 45,50 | 0,65 | 1,03 | 257,35 | 694,8 | 646,0 | 203,8 | 9,6 |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -3,25 | -1,57 | 0,24 | -0,02 | 20,00 | 1,41 | 19,44 | -16,41 | 12,90 | 8,84 | 22,93 | 8,34 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 57,69 | 61,92 | 280,24 | 1905 | 60,4 | 0,92 | 1,50 | 380,53 | 1210,3 | 931 | 262,2 | 11,6 |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -5,90 | -2,70 | 3,17 | 0,04 | 16,35 | -4,44 | 23,44 | -27,72 | 30,86 | 7,55 | 17,39 | -5,83 |

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 2 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|------------------------|--------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 223 / 17 | Запеканка из творога / и джем | 160 / 40 | 30,11 | 12,37 | 39,01 | 387,78 | 1,136 | 0,07 | 0,28 | 59,400 | 201,6 | 32,037 | 3,6872 | 1,208 | 0 |
| 460/21 | Чай с молоком | 200 | 3,10 | 2,20 | 10,95 | 75,70 | 0,58 | 0,02 | 0,014 | 13,7 | 112,7 | 88,8 | 17,90 | 1,165 | 0 |
| 14 / 17 | Масло (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,09 | 0 | 0,0001 | 0,0001 | 4,00 | 0,24 | 0,3 | 0 | 0,002 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 40 | 1,54 | 0,55 | 21,68 | 97,83 | 0 | 0,0480 | 0,016 | 0,00 | 8 | 26 | 5,6 | 0,040 | 0 |
| 338 / 17 | Плоды свежие (яблоко) | 115 | 0,46 | 0,46 | 11,27 | 54,05 | 10 | 0,03 | 0,02 | 0,000 | 16 | 11 | 9 | 2,2 | 0 |
| ИТОГО за завтрак | | | 565 | 35,29 | 22,826 | 83,04 | 681,45 | 11,72 | 0,2 | 0,33 | 77,05 | 338,54 | 158,14 | 36,19 | 4,62 |
| Норма по СанПин | | | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | | 14,21 | -0,19 | -3,32 | 0,05 | -8,26 | -12,99 | -4,37 | -16,44 | 3,21 | -11,82 | -12,94 | 0,64 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 150 / 21 | Икра кабачковая (пром. производства) | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,80 | 4,2 | 0,012 | 0,023 | 0 | 24,6 | 22,2 | 9 | 0,4 | 0 |
| 98 / 21 | Свекольник | 250 | 2,018 | 5,0169 | 20,822 | 136,51 | 7 | 0,06 | 0,06 | 121,56 | 33,55 | 59,34 | 25,58 | 1,2 | 0 |
| 359/21 | Печень, тушёная в соусе сметанном | 120 | 18,45 | 16 | 20,96 | 291,61 | 12,30 | 0,110 | 0,100 | 638,16 | 34,8 | 41,64 | 19,2 | 8,82 | 0 |
| 392 / 21 | Картофель отварной /и овощи отварные | 90/90 | 3,84 | 3,6 | 16,2 | 112,80 | 12,3 | 0,12 | 0,13 | 14,0 | 28 | 81 | 4,2 | 1,12 | 0 |
| 54-1хн/22 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81,00 | 0,02 | 0 | 0 | 15,00 | 50 | 4,3 | 2,1 | 0,09 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,99 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 | 2,825 | 0,75 | 20,94 | 101,00 | 0,00 | 0,13 | 0,13 | 0,00 | 16,50 | 116,67 | 3,33 | 0,02 | 0 |
| ИТОГО за обед | | | 930 | 31,28 | 31,602 | 138,57 | 952,7 | 35,8 | 0,5 | 0,5 | 788,7 | 201,0 | 370,6 | 73,2 | 11,7 |
| Норма по СанПин | | | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | | -0,25 | -0,65 | 1,18 | 0,03 | 16,17 | 2,07 | -5,38 | 52,64 | -18,3 | -4,1 | -10,6 | 30,1 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-46гн/22 | Чай с яблоком и сахаром | 200 | 0,348 | 0,048 | 7,726 | 32,828 | 0,5 | 0 | 0 | 0,85 | 65,4 | 12 | 6,6 | 1,3 | 0 |
| 276 / 17 | Рулет с макаронами и / соус сметанный с томатом | 110 / 20 | 8,514 | 8,156 | 17,855 | 175,88 | 0,32 | 0,05 | 0,106 | 19,400 | 54,5 | 17,500 | 17,7 | 0,967 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,695 | 0,45 | 12,56 | 61,07 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| ИТОГО за полдник | | | 360 | 10,56 | 8,654 | 38,14 | 269,778 | 0,820 | 0,13 | 0,186 | 20,250 | 129,8 | 99,50 | 26,30 | 2,277 |
| Норма по СанПин | | | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 |
| отклонение от нормы | | | | 1,73 | -0,59 | -0,04 | -0,08 | -8,83 | -0,71 | 1,63 | -7,75 | 0,82 | -1,71 | -1,23 | 2,65 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 66,57 | 54,43 | 221,61 | 1634,16 | 47,54 | 0,69 | 0,80 | 865,77 | 539,49 | 528,78 | 109,40 | 16,33 | |
| Норма по СанПин | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 13,96 | -0,84 | -2,14 | 0,08 | 7,91 | -10,9 | -9,74 | 36,20 | -15,0 | -15,9 | -23,5 | 30,7 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 41,83 | 40,26 | 176,71 | 1222,49 | 36,64 | 0,65 | 0,66 | 808,97 | 330,75 | 470,15 | 99,51 | 13,99 | |
| Норма по СанПин | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 1,48 | -1,24 | 1,14 | -0,06 | 7,34 | 1,4 | -3,75 | 44,89 | -17,4 | -5,8 | -11,8 | 32,7 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 77,13 | 63,08 | 259,75 | 1903,94 | 48,36 | 0,82 | 0,99 | 886,0 | 669,3 | 628,3 | 135,7 | 18,61 | |
| Норма по СанПин | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 15,69 | -1,4 | -2,18 | 0,00 | -0,9 | -11,6 | -8,12 | 28,45 | -14,2 | -17,6 | -24,8 | 33,4 |

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 3 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|--------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|------------------------|----------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-203/22 | Горошек зелёный (консервированный) | 60 | 1,7 | 0,1 | 3,5 | 22,10 | 2,4 | 0,05 | 0,02 | 18,00 | 11 | 32 | 11 | 0,4 | 0 |
| 239/17 | Тефтели рыбные | 110 / 20 | 11,44 | 13,97 | 6,57 | 201,77 | 0,86 | 0,09 | 0,10 | 6,40 | 167,9 | 20,50 | 45,80 | 0,98 | 0 |
| 312 / 17 | Пюре картофельное | 180 | 3,68 | 5,76 | 24,5 | 164,70 | 21,8 | 0,02 | 0,133 | 0,000 | 44,4 | 10,4 | 33,3 | 1,2 | 0 |
| 501 / 21 | Сок фруктовый (абрикосовый) | 200 | 1 | 0 | 25,4 | 105,60 | 2,25 | 0,044 | 0,08 | 0,000 | 40 | 36 | 20 | 0,4 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 50 | 1,93 | 0,69 | 27,1 | 122,29 | 0 | 0,0600 | 0,020 | 0,00 | 10 | 32,5 | 7 | 0,055 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,695 | 0,45 | 12,56 | 61,07 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| итого за завтрак | | 650 | 21,45 | 20,970 | 99,63 | 677,53 | 27,31 | 0,3 | 0,43 | 24,40 | 283 | 201,40 | 119,1 | 3,05 | |
| Норма по СанПин | | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -1,17 | -2,21 | 1,01 | -0,09 | 14,01 | -0,43 | 1,94 | -22,29 | -1,40 | -8,22 | 14,70 | -8,08 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 53 / 21 | Икра секольная | 60 | 0,9 | 2,16 | 5,1 | 43,20 | 4,44 | 0,012 | 0,01 | 0 | 16,8 | 24,6 | 12,6 | 0,726 | 0 |
| 93 / 21 | Борщ из свежей капусты | 250 | 1,3 | 4,375 | 6 | 68,50 | 7,15 | 0,02 | 0,025 | 0,00 | 37,5 | 46,9 | 19,3 | 0,98 | 0 |
| 54-2м /22 | Гуляш из говядины | 50 / 50 | 14,592 | 14,439 | 3,038 | 201,29 | 1,232 | 0,035 | 0,1 | 23,10 | 12,647 | 14,414 | 20,451 | 1,15 | 0 |
| 303 /17 | Каша вязкая (ячневая) | 180 | 2,66 | 6,196 | 34,247 | 203,39 | 0,00 | 0,014 | 0,21 | 83,200 | 117 | 67,9 | 6,48 | 0,18 | 0 |
| 465 / 21 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,204 | 4,748 | 17,877 | 135,25 | 1,04 | 0,06 | 0,25 | 26,45 | 215,5 | 172,8 | 34,8 | 0,809 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 | 2,825 | 0,75 | 20,94 | 101,00 | 0,00 | 0,13 | 0,13 | 0,00 | 16,50 | 116,67 | 3,33 | 0,02 | 0 |
| 82/ 21 | Фрукты свежие (банан) | 100 | 0,34 | 0,34 | 8,4 | 40,29 | 10 | 0,04 | 0,05 | 0,000 | 8 | 28 | 36,6 | 0,6 | 0 |
| итого за обед | | 1010 | 30,32 | 33,903 | 130,83 | 951,899 | 23,86 | 0,40 | 0,81 | 132,75 | 437,9 | 516,8 | 143,4 | 4,53 | |
| Норма по СанПин | | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -1,31 | 1,85 | -0,84 | 0,00 | -0,91 | -6,57 | 15,38 | -20,25 | 1,50 | 8,07 | 12,79 | -9,82 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 470 / 21 | Кисломолочный напиток (Кефир (м | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 1,4 | 0,08 | 0,023 | 40,1 | 240,8 | 180,6 | 28,1 | 0,2 | 0 |
| 152 / 17 | Котлеты морковные с творогом и / | 110 / 25 | 3,42 | 3,60 | 15,58 | 96,23 | 9,72 | 0,09 | 0,15 | 105,07 | 72,07 | 10,2 | 35,06 | 1,62 | 0 |
| 337/17 | / соус яблочный | | | | | | | | | | | | | | |
| Пром.пр. | Хлеб пш. (батон) | 32 | 1,232 | 0,608 | 16,448 | 72,352 | 0 | 0,035 | 0,035 | 0,00 | 6,08 | 20,8 | 4,16 | 0,038 | 0 |
| итого за полдник | | 367 | 10,45 | 9,208 | 40,028 | 269,586 | 11,12 | 0,21 | 0,207 | 145,17 | 318,95 | 211,58 | 67,32 | 1,86 | |
| Норма по СанПин | | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 1,61 | 0,01 | 0,45 | -0,09 | 5,88 | 4,64 | 2,94 | 6,13 | 16,58 | 7,63 | 12,44 | 0,33 | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 51,77 | 54,87 | 230,46 | 1629,43 | 51,17 | 0,74 | 1,24 | 157,15 | 721,1 | 718,2 | 262,5 | 7,58 | |
| Норма по СанПин | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | -2,48 | -0,36 | 0,17 | -0,09 | 13,10 | -7,00 | 17,31 | -42,54 | 0,10 | -0,15 | 27,49 | -17,91 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 40,78 | 43,11 | 170,86 | 1221,49 | 34,98 | 0,60 | 1,01 | 277,9 | 756,9 | 728,4 | 210,7 | 6,39 | |
| Норма по СанПин | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 0,31 | 1,86 | -0,39 | -0,09 | 4,97 | -1,93 | 18,31 | -14,12 | 18,07 | 15,70 | 25,23 | -9,49 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 62,22 | 64,08 | 270,49 | 1899,0 | 62,29 | 0,9 | 1,4 | 302,3 | 1040 | 930 | 329,8 | 9,44 | |
| Норма по СанПин | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | -0,87 | -0,35 | 0,62 | -0,18 | 18,98 | -2,36 | 20,25 | -36,41 | 16,67 | 7,48 | 39,93 | -17,58 |

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 4 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 149 / 21 | Овощи консервированный порциями (капуста квашеная) | 60 | 1,03 | 3,00 | 5,08 | 51,42 | 11,89 | 0,01 | 0,0162 | 0 | 31,35 | 20,37 | 9,61 | 0,4 | 0 |
| 265 / 17 | Плов | 205 | 10,13 | 18,06 | 30,48 | 352,99 | 1,75 | 0,08 | 0,02 | 301,76 | 24 | 20,95 | 22,3 | 1,67 | 0 |
| 494 / 21 | Компот из плодов или ягод сушёных | 200 | 0,30 | 0,01 | 17,50 | 72,00 | 2,1 | 0 | 0 | 0 | 16,36 | 10,7 | 4,3 | 0,062 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 50 | 1,93 | 0,69 | 27,10 | 122,29 | 0 | 0,0600 | 0,020 | 0,00 | 10 | 32,5 | 7 | 0,055 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,60 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| итого за завтрак | | 555 | 15,64 | 22,36 | 96,90 | 680,12 | 15,74 | 0,26 | 0,16 | 301,76 | 94,91 | 178,1 | 45,85 | 2,205 | |
| Норма по СанПин 25% | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -7,62 | -0,70 | 0,30 | 0,00 | -2,51 | -6,64 | -14,80 | 8,53 | -17,09 | -10,16 | -9,72 | -12,75 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54 / 21 | Икра морковная | 60 | 0,84 | 2,28 | 3,90 | 39,60 | 1,3125 | 0,03 | 0,04 | 79,26 | 16,35 | 32,25 | 21,75 | 0,4 | 0 |
| ТТК115 / 21 | Суп картофельный с клецками | 250 | 4,25 | 4,82 | 15,69 | 123,14 | 4,7 | 0,08 | 0,08 | 138,8 | 36,01 | 65,13 | 18,83 | 0,76 | 0 |
| 341 / 21 | Котлеты "Пермские" | 100 | 16,83 | 13,812 | 12,75 | 242,50 | 0 | 0,114 | 0,000 | 47,00 | 50 | 170 | 23 | 2,67 | 0 |
| 127 / 17 | Картофель в молоке | 180 | 3,92 | 6,936 | 27,60 | 178,34 | 10,21 | 0,17 | 0,18 | 39,6 | 75,24 | 96,24 | 3,12 | 0,4 | 0 |
| 501 / 21 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1,00 | 0,2 | 20,20 | 86,00 | 4 | 0,02 | 0,02 | 0,000 | 14 | 14 | 8 | 0,28 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 2,31 | 0,82 | 32,52 | 146,75 | 0 | 0,0720 | 0,024 | 0,00 | 12 | 39 | 8,4 | 0,066 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| 338 / 17 | Плоды свежие (яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 53,28 | 12 | 0,0360 | 0,024 | 0,00 | 19,2 | 13,2 | 10,80 | 2,64 | 0 |
| итого за обед | | 1010 | 31,89 | 29,948 | 141,161 | 951,04 | 32,22 | 0,63 | 0,48 | 304,62 | 236,0 | 523,4 | 96,54 | 7,234 | |
| Норма по СанПин 35% | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,43 | -2,45 | 1,86 | -0,04 | 11,03 | 9,93 | -5,31 | -1,15 | -15,33 | 8,62 | -2,82 | 5,19 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-Згн/22 | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,4 | 0 | 6,75 | 28,60 | 1,18 | 0 | 0,02 | 0,53 | 9,2 | 12,1 | 6,4 | 1,1 | 0 |
| 301 / 21 | Рыба запечённая с яйцом | 115 | 0,805 | 3,335 | 9,775 | 117,30 | 1,04 | 0,08 | 0,130 | 37,840 | 37,72 | 159,51 | 22,2 | 1 | 0 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (Печенье) | 20 | 1,14 | 3,289 | 8,545 | 70,03 | 0,00 | 0,015 | 0,010 | 1,50 | 4,35 | 0,00 | 0,30 | 0,032 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,695 | 0,45 | 12,56 | 61,07 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| итого за полдник | | 365 | 4,04 | 7,074 | 37,63 | 277,00 | 2,220 | 0,18 | 0,240 | 39,870 | 61,17 | 241,6 | 30,90 | 2,142 | |
| Норма по СанПин 10% | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -5,51 | -2,31 | -0,17 | 0,18 | -6,83 | 2,50 | 5,00 | -5,57 | -4,90 | 10,13 | 0,30 | 1,90 | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--|--|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 47,53 | 52,31 | 238,06 | 1631,17 | 47,96 | 0,89 | 0,64 | 606,4 | 330,9 | 701,5 | 142,4 | 9,44 | | |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -7,18 | -3,14 | 2,16 | -0,03 | 8,52 | 3,29 | -20,11 | 7,38 | -32,42 | -1,54 | -12,54 | -7,56 | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--|--|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 35,93 | 37,02 | 178,79 | 1228,04 | 34,44 | 0,80 | 0,72 | 344,5 | 297,2 | 765,0 | 127,4 | 9,38 | | |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -5,08 | -4,76 | 1,68 | 0,15 | 4,20 | 12,43 | -0,31 | -6,72 | -20,24 | 18,75 | -2,52 | 7,09 | | |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--|--|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 51,57 | 59,38 | 275,69 | 1908,16 | 50,18 | 1,06 | 0,88 | 646,3 | 392,1 | 943,2 | 173,3 | 11,58 | | |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -12,70 | -5,46 | 1,98 | 0,15 | 1,69 | 5,79 | -15,11 | 1,81 | -37,33 | 8,60 | -12,24 | -5,66 | | |

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 5 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|----------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 70/ 17 | Овощи натуральные солёные (огур | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,60 | 2,67 | 0,008 | 0,02 | 0,780 | 21,15 | 24,75 | 12,75 | 0,8 | 0 |
| 235 / 17 | Шницель рыбный натуральный | 120 | 9,929 | 13,99 | 7,245 | 208,04 | 2,58 | 0,09 | 0,15 | 28,68 | 333,5 | 26,24 | 6,18 | 1,80 | 0 |
| 181 / 21 | Картофель запечённый в сметанном соусе | 180 | 6,578 | 12,006 | 26,658 | 216,01 | 3,6 | 0,12 | 0,165 | 54,00 | 78 | 10,2 | 2,76 | 0,852 | 0 |
| ТТК/485/21 | Кисель из сока плодового или ягодного | 200 | 0,727 | 0,114 | 32,675 | 134,63 | 2,14 | 0,01 | 0,010 | 0,045 | 22,773 | 21,657 | 7,27 | 2,1 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 | 0,3 | 8,373 | 40,71 | 0,00 | 0,05 | 0,05 | 0,00 | 6,60 | 46,80 | 1,32 | 0,01 | 0 |
| ИТОГО за завтрак | | 610 | 20,00 | 26,88 | 92,23 | 679,37 | 10,99 | 0,36 | 0,48 | 83,51 | 472,0 | 199,6 | 32,3 | 5,57 | |
| Норма по СанПин 25% | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -2,78 | 4,22 | -0,92 | -0,02 | -9,30 | 0,57 | 4,69 | -15,72 | 14,33 | -8,36 | -14,24 | 5,95 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-213/22 | Кукуруза сахарная | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,30 | 1,15 | 0,01 | 0,02 | 0,72 | 22 | 21 | 6,8 | 0,2 | 0 |
| 126 / 21 | Суп с крупой и фрикадельками | 250 | 8,848 | 10,448 | 10,443 | 171,01 | 0,5 | 0,03 | 0,08 | 8,00 | 16,75 | 90 | 19 | 1,15 | 0 |
| 204 / 17 | Макароны отварные с сыром | 190 | 7,577 | 11,886 | 25,852 | 172,31 | 0,08 | 0,06 | 0,09 | 65,260 | 232,84 | 16,720 | 1,63 | 1,91 | 0 |
| 286 / 21 | Сырники из творога запечённые | 120 | 8,96 | 6,36 | 21,48 | 218,40 | 0,24 | 0,06 | 0,07 | 49,20 | 174 | 24,96 | 2,52 | 0,78 | 0 |
| 502 / 21 | Какао с молоком и витаминами | 200 | 6,265 | 5,022 | 18,312 | 142,51 | 1,046 | 0,062 | 0,25 | 26,53 | 215,39 | 17,932 | 39,015 | 0,966 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 35 | 1,348 | 0,481 | 18,97 | 85,60 | 0 | 0,056 | 0,018 | 0,000 | 9 | 30 | 6,3 | 0,045 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| 82 / 21 | Фрукты свежие (апельсин) | 105 | 0,95 | 0,21 | 12,82 | 56,97 | 14 | 0,042 | 0,0315 | 0 | 35,7 | 17,85 | 1,365 | 0,315 | 0 |
| ИТОГО за обед | | 990 | 36,30 | 35,02 | 130,24 | 951,48 | 17,02 | 0,40 | 0,64 | 149,71 | 715,6 | 288,5 | 78,6 | 5,38 | |
| Норма по СанПин 35% | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 5,34 | 3,07 | -1,00 | -0,02 | -10,69 | -6,43 | 4,97 | -18,37 | 24,63 | -10,96 | -8,79 | -5,13 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 470 / 21 | Кефир (м. д. ж. 2,5%) | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 1,4 | 0,08 | 0,023 | 40,1 | 240,8 | 180,6 | 28,1 | 0,2 | 0 |
| 150 / 17 | Зразы картофельные и / соус молочный | 100 / 20 | 3,133 | 6,223 | 7,604 | 98,66 | 0,44 | 0,1 | 0,130 | 75,560 | 28,67 | 25,33 | 17,56 | 1,393 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,377 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| ИТОГО за полдник | | 350 | 10,088 | 11,636 | 31,86 | 273,0 | 1,840 | 0,26 | 0,233 | 115,66 | 279,37 | 275,93 | 47,66 | 1,603 | |
| Норма по СанПин 10% | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 1,21 | 2,65 | -1,68 | 0,04 | -7,37 | 8,57 | 4,56 | 2,85 | 13,28 | 12,99 | 5,89 | -1,09 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 56,30 | 61,90 | 222,47 | 1630,85 | 28,01 | 0,76 | 1,11 | 233,22 | 1188 | 488,1 | 110,9 | 10,95 |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 2,56 | 7,29 | -1,91 | -0,04 | -19,99 | -5,86 | 9,66 | -34,09 | 38,96 | -19,32 | -23,03 | 0,82 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК | 46,39 | 46,66 | 162,10 | 1224,52 | 18,86 | 0,66 | 0,87 | 265,37 | 994,95 | 564,39 | 126,3 | 6,98 |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 6,55 | 5,71 | -2,68 | 0,02 | -18,06 | 2,14 | 9,53 | -15,51 | 37,91 | 2,03 | -2,90 | -6,23 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 66,39 | 73,54 | 254,33 | 1903,89 | 29,85 | 1,02 | 1,35 | 348,88 | 1466,92 | 764 | 158,6 | 12,55 |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 3,77 | 9,93 | -3,59 | 0,00 | -27,36 | 2,71 | 14,22 | -31,24 | 52,24 | -6,33 | -17,14 | -0,28 |

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 6 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------|------------------------|--------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 150 / 21 | Икра кабачковая (пром. производства) | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,80 | 0,9 | 0,036 | 0,04 | 112,86 | 28,2 | 91,8 | 6,6 | 1,206 | 0 |
| 333 / 21 | Голубцы ленивые / и соус сметан. с томат. | 100 / 20 | 13,869 | 9,667 | 19,323 | 220,46 | 3,49 | 0,04 | 0,07 | 16,80 | 17,0 | 14,18 | 5,25 | 1,50 | 0 |
| 397 / 21 | (сложный гарнир) Пюре картофельное | 115/ 65 | 3,105 | 4,6 | 6,67 | 80,50 | 2,26 | 0,092 | 0,090 | 23,00 | 28,75 | 56,35 | 18,4 | 0,63 | 0 |
| 155/21 | / овощи отварные | | 0,805 | 2,29 | 1,981 | 31,57 | 9,719 | 0,012 | 0,013 | 11,762 | 22,286 | 13 | 7,429 | 0,31 | 0 |
| 54-1хн/22 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81,00 | 0,02 | 0 | 0 | 15,00 | 50 | 4,3 | 2,1 | 0,09 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 50 | 1,93 | 0,69 | 27,1 | 122,29 | 0 | 0,0600 | 0,020 | 0,00 | 10 | 32,5 | 7 | 0,055 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| ИТОГО за завтрак | | 640 | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 16,39 | 0,32 | 0,31 | 179,42 | 165,6 | 282,1 | 48,8 | 3,80 | |
| Норма по СанПин | | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -1,58 | -2,00 | -5,44 | -5,06 | -11,20 | -1,49 | -8,74 | -3,88 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГТК/32 /21 | Свекла с сыром | 60 | 1,8 | 5,04 | 4,2 | 69,60 | 2,94 | 0,02 | 0,02 | 12,12 | 60 | 44,58 | 12,6 | 0,762 | 0 |
| 98 / 17 | Суп крестьянский | 250 | 1,641 | 4,92 | 6,085 | 74,91 | 9,88 | 0,04 | 0,04 | 0,00 | 35,9 | 33,6 | 14,2 | 0,6 | 0 |
| 229 / 17 | Рыба тушёная в томате с овощами | 100 | 17,945 | 15,107 | 4,9 | 227,37 | 0,81 | 0,089 | 0,09 | 66,250 | 42,165 | 101,0 | 55,24 | 0,9 | 0 |
| 305/17 | Рис припущенный / и | 100 / 80 | 1,941 | 2,293 | 19,557 | 106,63 | 0 | 0,013 | 0,01 | 0,00 | 1,288 | 32,32 | 10,136 | 0,274 | 0 |
| 306/17 | бобовые отварные (сложный гарнир) | 0 | 2,48 | 2,84 | 4,58 | 53,80 | 8,3 | 0,05 | 0,05 | 15,24 | 17,26 | 52,72 | 17,26 | 0,6 | 0 |
| 501 / 21 | Сок фруктовый (персиковый) | 200 | 1 | 0 | 23,4 | 97,60 | 1,2 | 0,004 | 0,004 | 0,000 | 30,4 | 36 | 0,8 | 1,80 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 44 | 1,69 | 0,605 | 23,848 | 107,62 | 0 | 0,117 | 0,117 | 0 | 14,25 | 102,667 | 2,933 | 0,015 | 0 |
| 338 / 17 | Плоды свежие (яблоко) | 125 | 0,5 | 0,5 | 12,25 | 55,50 | 12 | 0,0360 | 0,024 | 0,00 | 19,2 | 13,2 | 10,80 | 2,64 | 0 |
| ИТОГО за обед | | 1029 | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 35,13 | 0,45 | 0,39 | 93,61 | 234,5 | 461,6 | 133,8 | 7,66 | |
| Норма по СанПин | | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 15,19 | -2,64 | -10,94 | -24,60 | -15,46 | 3,47 | 9,59 | 7,56 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-2гн/22 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,80 | 0,04 | 0 | 0,01 | 0,3 | 4,5 | 7,2 | 3,8 | 0,73 | 0 |
| 406 / 17 | Пирожок с печенью | 90 | 6,34 | 0,24 | 10,39 | 63,08 | 0,863 | 0,149 | 0,180 | 29,429 | 16,45 | 18,775 | 14,26 | 1,35 | 0 |
| 14 / 17 | Масло (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,09 | 0 | 0,0001 | 0,0001 | 4,00 | 0,24 | 0,3 | 0 | 0,002 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пш. (батон) | 30 | 1,19 | 0,54 | 12,42 | 48,83 | 0,00 | 0,03 | 0,03 | 0,00 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,04 | 0 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (Печенье) | 21 | 1,19 | 1,17 | 8,86 | 67,20 | 0,00 | 0,015 | 0,010 | 1,50 | 4,35 | 0,00 | 0,30 | 0,032 | 0 |
| ИТОГО за полдник | | 351 | 9,000 | 9,200 | 38,30 | 272,0 | 0,899 | 0,20 | 0,233 | 35,20 | 31,24 | 45,78 | 22,26 | 2,150 | |
| Норма по СанПин | | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -8,72 | 4,08 | 4,57 | -6,09 | -7,40 | -6,19 | -2,58 | 1,94 | |
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | | | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 51,52 | 0,78 | 0,70 | 273,03 | 400 | 743,7 | 182,6 | 11,46 | |
| Норма по СанПин | | | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -15,00 | -15,00 | -15,00 | -15,00 | -8,53 | -13,56 | -21,37 | -45,69 | -37,86 | -17,72 | -7,99 | -5,50 | |
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | | | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 36,03 | 0,65 | 0,62 | 128,81 | 265,70 | 507,36 | 156,0 | 9,81 | |
| Норма по СанПин | | | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,47 | 1,44 | -6,37 | -30,69 | -22,86 | -2,72 | 7,01 | 9,50 | |
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | | | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 52,42 | 0,97 | 0,93 | 308,23 | 431,35 | 789 | 204,8 | 13,61 | |
| Норма по СанПин | | | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,89 | -0,56 | -11,81 | -35,75 | -34,05 | -4,21 | -1,73 | 5,62 | |

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

1-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.г.

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка 1 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводь У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12- 18 л | ЗАВТРАКИ | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,00 | 300,0 | 300,0 | 75,00 | 4,50 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 16,18 | 0,29 | 0,36 | 131,6 | 312 | 217 | 56,8 | 3,53 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -1,88 | -4,56 | -2,33 | -10,38 | 0,97 | -6,89 | -6,08 | -5,38 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды 12-тидневка 1 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводь У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12- 18 л | ОБЕДЫ | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,00 | 420,0 | 420,0 | 105,0 | 6,30 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 29,06 | 0,49 | 0,56 | 277,97 | 365,7 | 414,0 | 104,6 | 7,41 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,51 | -0,11 | -0,20 | -4,11 | -4,52 | -0,50 | -0,15 | 6,14 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню -полдники 12-тидневка 1 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|------|-------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводь У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12- 18 л | ПОЛДНИКИ | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120,0 | 120,0 | 30,00 | 1,80 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 5,35 | 0,18 | 0,26 | 69,18 | 191,0 | 199,5 | 49,41 | 1,95 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -2,36 | 2,92 | 6,34 | -2,31 | 5,91 | 6,63 | 6,47 | 0,85 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды 12-тидневка 1 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводь У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12- 18 л | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,00 | 720,0 | 720,0 | 180,0 | 10,80 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 45,24 | 0,77 | 0,92 | 409,52 | 677,4 | 631,3 | 161,3 | 10,94 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,63 | -4,67 | -2,53 | -14,50 | -3,55 | -7,39 | -6,23 | 0,76 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды-полдники 12-тидневка 1 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводь У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12- 18 л | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,00 | 540,0 | 540,0 | 135,0 | 8,10 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 34,41 | 0,67 | 0,82 | 347,15 | 556,7 | 613,6 | 154,0 | 9,36 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,15 | 2,81 | 6,14 | -6,43 | 1,39 | 6,13 | 6,32 | 6,99 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды-полдники 12-тидневка 1 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводь У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12- 18 л | ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,00 | 840,0 | 840,0 | 210,0 | 12,60 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 50,59 | 0,96 | 1,18 | 478,70 | 868,3 | 830,9 | 210,7 | 12,89 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2,27 | -1,75 | 3,81 | -16,81 | 2,36 | -0,76 | 0,24 | 1,61 |

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 7 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------|------------------------|----------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|----------------|---------------|-----------------|--------------------------------|----------------|----------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-20з/22 | Горошек зелёный (консервирован | 60 | 1,7 | 0,1 | 3,5 | 22,10 | 2,4 | 0,05 | 0,02 | 18,00 | 11 | 32 | 11 | 0,4 | 0 |
| 210 / 17 329/21 | Омлет натуральный / и Бигус (сложный гарнир) | 120 / 80 | 3,079 7,2 | 10,672 5,32 | 12,961 2,08 | 160,21 85,20 | 0,18 6,2 | 0,061 0,032 | 0,260 0,07 | 157,50 0,000 | 182,16 33,6 | 17,961 82,8 | 1,3656 15,6 | 0,2 1,3 | 0 |
| 54-23гн/22 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,644 | 5,028 | 15,334 | 129,32 | 1,04 | 0,06 | 0,25 | 26,490 | 217,7 | 184 | 42 | 1,16 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0480 | 0,016 | 0,00 | 8 | 26 | 5,6 | 0,040 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| 338 / 17 | Плоды свежие (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,00 | 10 | 0,03 | 0,02 | 0,000 | 16 | 11 | 9 | 2,2 | 0 |
| Итого за завтрак | | 670 | 22,79 | 23,015 | 95,65 | 684,237 | 19,82 | 0,39 | 0,74 | 201,99 | 481,7 | 447,4 | 87,21 | 5,32 | |
| Норма по СанПин | | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,32 | 0,02 | -0,03 | 0,16 | 3,31 | 2,71 | 21,44 | -2,56 | 15,14 | 12,28 | 4,07 | 4,54 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 149 / 21 | Овощи консервированный порциями (капуста квашеная) | 60 | 1,03 | 3,00 | 5,08 | 51,42 | 11,89 | 0,01 | 0,0162 | 0 | 31,35 | 20,37 | 9,61 | 0,4 | 0 |
| ТТК/129 / 21 | Суп с макаронными изделиями и картофеля | 250 | 2,87 | 3,52 | 18,88 | 119,48 | 3,8 | 0,07 | 0,014 | 2,1 | 16 | 46,75 | 17 | 0,81 | 0 |
| 234/17 | Биточки рыбные | 120 | 16,62 | 15,98 | 11,84 | 257,65 | 0,36 | 0,10 | 0,16 | 41,66 | 41,2 | 64,53 | 5,21 | 1,43 | 0 |
| 177 / 21 | Рагу из овощей | 180 | 3,42 | 7,74 | 16,83 | 153,00 | 10,8 | 0,09 | 0,09 | 5,4 | 54,18 | 85,77 | 39,69 | 1,575 | 0 |
| 501 / 21 | Сок фруктовый (абрикосовый) | 200 | 1,00 | 0,00 | 25,40 | 105,60 | 2,25 | 0,044 | 0,08 | 0,000 | 40 | 36 | 20 | 0,4 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,50 | 0,90 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 50 | 2,83 | 0,75 | 20,93 | 101,78 | 0,00 | 0,13 | 0,13 | 0,00 | 16,50 | 116,67 | 3,33 | 0,02 | 0 |
| Итого за обед | | 930 | 30,27 | 31,884 | 134,19 | 947,915 | 29,10 | 0,53 | 0,521 | 49,19 | 213,2 | 415,6 | 104,6 | 4,702 | |
| Норма по СанПин | | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -1,37 | -0,34 | 0,04 | -0,15 | 6,57 | 2,93 | -2,43 | -29,53 | -17,24 | -0,37 | -0,12 | -8,88 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 494 / 21 | Компот из плодов или ягод сушёных | 200 | 0,3 | 0,01 | 14,76 | 61,11 | 2,1 | 0 | 0 | 0 | 16,36 | 10,7 | 4,3 | 0,062 | 0 |
| 187 / 21 | Котлеты из овощей | 120 | 4,932 | 8,49 | 11,53 | 142,24 | 2,08 | 0,11 | 0,11 | 20,8 | 46,4 | 86,4 | 32 | 1,62 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| Итого за полдник | | 350 | 6,39 | 8,913 | 42,54 | 276,73 | 4,2 | 0,2 | 0,19 | 20,80 | 72,7 | 167,1 | 38,30 | 1,69 | |
| Норма по СанПин | | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -2,90 | -0,31 | 1,11 | 0,17 | -4,03 | 3,57 | 1,88 | -7,69 | -3,95 | 3,93 | 2,77 | -0,60 | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 53,05 | 54,90 | 229,84 | 1632,15 | 48,92 | 0,92 | 1,26 | 251,18 | 694,8 | 862,9 | 191,8 | 10,02 | |
| Норма по СанПин | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | -1,05 | -0,33 | 0,01 | 0,01 | 9,88 | 5,64 | 19,01 | -32,09 | -2,10 | 11,91 | 3,95 | -4,33 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 36,65 | 40,80 | 176,73 | 1224,64 | 33,3 | 0,72 | 0,71 | 69,99 | 285,8 | 582,7 | 142,9 | 6,39 | |
| Норма по СанПин | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | -4,27 | -0,66 | 1,14 | 0,02 | 2,54 | 6,50 | -0,55 | -37,22 | -21,18 | 3,56 | 2,65 | -9,48 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|---------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 59,44 | 63,81 | 272,38 | 1908,88 | 53,1 | 1,11 | 1,45 | 271,98 | 767,5 | 1030 | 230,1 | 11,71 | |
| Норма по СанПин | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | -3,96 | -0,64 | 1,12 | 0,18 | 5,85 | 9,21 | 20,89 | -39,78 | -6,04 | 15,84 | 6,72 | -4,93 |

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2- я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - ___ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 8 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|--------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-15з/22 | Икра свекольная | 60 | 1,28 | 4,20 | 6,83 | 71,40 | 4,13 | 0,02 | 0,01 | 20,75 | 22,10 | 32,70 | 16,60 | 0,93 | 0 |
| 259/17 | Жаркое по - дормашнему | 205 | 15,79 | 17,08 | 21,15 | 298,46 | 7,92 | 0,140 | 0,06 | 36,720 | 129,96 | 19,030 | 4,4 | 2,85 | 0 |
| 495 / 21 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 20,10 | 80,77 | 2,016 | 0 | 0 | 12,0 | 16,1 | 15,36 | 2,1 | 0,076 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 2,31 | 0,82 | 32,52 | 146,75 | 0 | 0,0480 | 0,016 | 0,00 | 8 | 26 | 5,6 | 0,040 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,60 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| Итого за завтрак | | 565 | 22,23 | 22,798 | 97,34 | 678,80 | 14,07 | 0,31 | 0,19 | 69,47 | 189,4 | 186,7 | 31,34 | 3,91 | |
| Норма по СанПин 25% | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -0,30 | -0,22 | 0,41 | -0,04 | -4,91 | -2,86 | -12,94 | -17,28 | -9,22 | -9,44 | -14,55 | -3,26 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-23з/22 | Маринад овощной с томатом | 60 | 0,75 | 5,325 | 5,85 | 74,63 | 2,295 | 0,023 | 0,02 | 442,81 | 13,725 | 27,6 | 16,88 | 0,4 | 0 |
| 103 / 21 | Щи из свежей капусты | 250 | 1,3 | 4,425 | 3,45 | 59,00 | 9,98 | 0,03 | 0,03 | 0,000 | 34,5 | 28 | 13,75 | 0,59 | 0 |
| 291 / 17 | Плов из птицы | 210 | 18,037 | 10,924 | 38,014 | 324,52 | 6,3 | 0,08 | 0,009 | 176,01 | 13,126 | 22,570 | 10,19 | 1,77 | 0 |
| 460/21 | Чай с молоком | 200 | 3,1 | 2,2 | 10,95 | 75,70 | 0,58 | 0,02 | 0,014 | 13,7 | 112,7 | 88,8 | 17,90 | 1,165 | 0 |
| Пром.пр. | Кондитерские изделия (Печенье) | 50 | 2,821 | 4,187 | 23,029 | 141,08 | 0 | 0,03 | 0,02 | 3,00 | 8,7 | 0,00 | 0,6 | 0,063 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| 82/ 21 | Фрукты свежие (банан) | 100 | 0,34 | 0,34 | 8,4 | 40,29 | 10 | 0,040 | 0,05 | 0,000 | 8 | 28 | 36,6 | 0,6 | 0 |
| Итого за обед | | 980 | 31,11 | 28,90 | 141,66 | 955,62 | 29,16 | 0,41 | 0,28 | 635,47 | 217,95 | 334,07 | 108,36 | 4,68 | |
| Норма по СанПин 35% | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -0,43 | -3,59 | 1,99 | 0,13 | 6,65 | -5,43 | -17,63 | 35,61 | -16,84 | -7,16 | 1,12 | -9,02 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 470 / 21 | Кисломолочный напиток (Кефир (м | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 1,4 | 0,08 | 0,023 | 40,1 | 240,8 | 180,6 | 28,1 | 0,2 | 0 |
| 149 / 17 | Котлеты картофельные с творогом | 110 / 20 | 2,453 | 4,72 | 17,004 | 120,792 | 1,69 | 0,08 | 0,16 | 26,93 | 105,61 | 14,098 | 27,49 | 1,03 | 0 |
| 327/17 | / соус молочный | | | | | | | | | | | | | | |
| Пром.пр. | Хлеб пш. (батон) | 20 | 0,77 | 0,38 | 10,28 | 45,22 | 0 | 0,022 | 0,022 | 0,00 | 3,8 | 13 | 2,6 | 0,024 | 0 |
| Итого за полдник | | 350 | 9,02 | 10,100 | 35,28 | 267,01 | 3,090 | 0,18 | 0,205 | 67,030 | 350,2 | 207,7 | 58,2 | 1,254 | |
| Норма по СанПин 10% | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,03 | 0,98 | -0,79 | -0,18 | -5,59 | 3,00 | 2,81 | -2,55 | 19,18 | 7,31 | 9,40 | -3,03 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 53,34 | 51,69 | 239,00 | 1634,42 | 43,22 | 0,72 | 0,47 | 704,94 | 407,3 | 520,8 | 139,7 | 8,59 |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -0,73 | -3,81 | 2,40 | 0,09 | 1,74 | -8,29 | -30,56 | 18,33 | -26,06 | -16,60 | -13,44 | -12,28 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК | 40,13 | 39,00 | 176,95 | 1222,64 | 32,25 | 0,60 | 0,48 | 702,50 | 568,2 | 541,8 | 166,5 | 5,93 |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -0,41 | -2,61 | 1,20 | -0,05 | 1,06 | -2,43 | -14,81 | 33,06 | 2,35 | 0,15 | 10,52 | -12,06 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 62,37 | 61,79 | 274,28 | 1901,44 | 46,31 | 0,91 | 0,68 | 771,97 | 757,5 | 728 | 197,9 | 9,84 |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -0,70 | -2,83 | 1,61 | -0,09 | -3,84 | -5,29 | -27,75 | 15,77 | -6,87 | -9,30 | -4,04 | -15,31 |

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - __ г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 9 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|------------------------------------------------|--------------|------------------------|----------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|--------------|---------------|----------------|--------------------------------|---------------|---------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 230/21 | Каша манная молочная жидкая | 230 | 8,597 | 8,944 | 30,810 | 231,12 | 0,86 | 0,08 | 0,08 | 37,060 | 183,79 | 15,65 | 2,57 | 0,45 | 0 |
| 14 / 17 | Масло (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,130 | 66,09 | 0 | 0,0001 | 0,0001 | 4,00 | 0,24 | 0,3 | 0 | 0,002 | 0 |
| 462 / 21 | Какао с молоком | 200 | 6,199 | 4,98 | 15,539 | 130,88 | 1,046 | 0,062 | 0,250 | 26,53 | 215,01 | 177,6 | 37,935 | 0,9 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 50 | 1,93 | 0,69 | 27,100 | 122,29 | 0 | 0,0600 | 0,020 | 0,00 | 10 | 32,5 | 7 | 0,055 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,260 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| 82 / 21 | Фрукты свежие (апельсин) | 100 | 0,781 | 0,15 | 12,210 | 53,28 | 13,34 | 0,04 | 0,03 | 0,00 | 34 | 17 | 1,3 | 0,3 | 0 |
| ИТОГО за завтрак | | 620 | 18,74 | 22,427 | 102,05 | 677,05 | 15,25 | 0,32 | 0,46 | 67,588 | 452,9 | 313,1 | 50,8 | 1,717 | |
| Норма по СанПин 25% | | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -4,18 | -0,62 | 1,64 | -0,11 | -3,22 | -1,99 | 3,76 | -17,49 | 12,75 | 1,09 | -8,07 | -15,46 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 70/ 17 | Овощи натуральные солёные (помидоры) | 60 | 0,67 | 0,06 | 2,1 | 11,63 | 6,3 | 0,01 | 0,02 | 0 | 6 | 21 | 9 | 0,5 | 0 |
| 54-25с/22 | Суп гороховый | 250 | 5,1 | 2,78 | 18,2 | 118,23 | 5,01 | 0,18 | 0,06 | 151 | 33,35 | 95,45 | 37,33 | 2 | 0 |
| 288/21 | Тефтели. Белип | 120 | 17,36 | 6,56 | 11,44 | 174,40 | 0,8 | 0,09 | 0,09 | 60,0 | 139,2 | 21,246 | 36 | 0,94 | 0 |
| 321 / 17 | Капуста тушёная / и Каша вязкая (пшеничная) | 110 / 70 | 2,127 1,87 | 19,056 1,98 | 5,4 11,46 | 201,61 71,12 | 10,1 0 | 0,03 0,04 | 0,041 0,02 | 0,000 0,000 | 61 7,3 | 44,2 4,711 | 22,7 10,08 | 0,9 0,79 | 0 |
| ТТК/485/21 | Кисель из сока плодового или ягодного | 200 | 0,727 | 0,114 | 32,675 | 134,63 | 2,12 | 0,01 | 0,01 | 0,08 | 13,843 | 15,689 | 4,91 | 1,65 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| ИТОГО за обед | | 920 | 32,62 | 32,05 | 133,25 | 952,03 | 24,33 | 0,55 | 0,38 | 211,34 | 287,9 | 341,4 | 132,5 | 6,87 | |
| Норма по СанПин 35% | | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 1,24 | -0,17 | -0,21 | 0,00 | -0,25 | 4,36 | -11,50 | -11,52 | -11,01 | -6,55 | 9,15 | 3,16 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 501 / 21 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 86,00 | 4 | 0,02 | 0,02 | 0,000 | 14 | 14 | 8 | 0,28 | 0 |
| 347/21 | Котлета школьная и /соус молочный | 105 / 20 | 6,795 | 9,059 | 6,821 | 113,20 | 0,590 | 0,06 | 0,14 | 8,890 | 90,81 | 19,06 | 5,39 | 1,68 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| ИТОГО за полдник | | 355 | 8,95 | 9,67 | 43,28 | 272,57 | 4,59 | 0,16 | 0,24 | 8,89 | 114,7 | 103,1 | 15,39 | 1,97 | |
| Норма по СанПин 10% | | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -0,06 | 0,51 | 1,30 | 0,02 | -3,44 | 1,57 | 5,13 | -9,01 | -0,44 | -1,41 | -4,87 | 0,94 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 51,36 | 54,47 | 235,29 | 1629,08 | 39,57 | 0,87 | 0,84 | 278,92 | 740,8 | 654,5 | 183,3 | 8,59 |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -2,93 | -0,79 | 1,43 | -0,11 | -3,47 | 2,36 | -7,74 | -29,01 | 1,74 | -5,46 | 1,09 | -12,31 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 41,57 | 41,72 | 176,53 | 1224,60 | 28,92 | 0,71 | 0,62 | 220,23 | 402,6 | 444,5 | 147,9 | 8,84 |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 1,19 | 0,34 | 1,09 | 0,02 | -3,69 | 5,93 | -6,38 | -20,53 | -11,45 | -7,96 | 4,28 | 4,10 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 60,31 | 64,14 | 278,58 | 1901,65 | 44,16 | 1,04 | 1,08 | 287,81 | 855,5 | 758 | 198,7 | 10,56 |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | -2,99 | -0,28 | 2,73 | -0,09 | -6,91 | 3,94 | -2,62 | -38,02 | 1,30 | -6,87 | -3,78 | -11,36 |

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон : зима - весна 2023 - ___ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 10 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------------|--------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 150 / 21 | Икра кабачковая (пром. производства) | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,80 | 4,2 | 0,012 | 0,023 | 0,000 | 24,6 | 22,2 | 9 | 0,4 | 0 |
| 256 / 21 | (сложный гарнир) Макароны изделия | 150 / 40 | 5,55 | 4,95 | 29,55 | 184,50 | 0 | 0,06 | 0,08 | 18,450 | 11,54 | 41,21 | 7,22 | 0,68 | 0 |
| 136/ 17 | отварные и / Овощи припущенные | | 0,56 | 1,051 | 2,75 | 22,72 | 0,875 | 0,02 | 0,025 | 9,550 | 10,82 | 20,43 | 1,45 | 0,27 | |
| 255 / 17 | Печень по-строгановски | 120 | 12,68 | 13,59 | 14,588 | 204,13 | 14,94 | 0,12 | 0,05 | 143,0 | 47,0 | 83,10 | 17,90 | 6,00 | 0 |
| 54-3гн/22 | чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,4 | 0 | 6,75 | 28,60 | 1,18 | 0 | 0,02 | 0,53 | 9,2 | 12,1 | 6,4 | 1,1 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 40 | 1,54 | 0,55 | 21,68 | 97,83 | 0 | 0,0480 | 0,016 | 0,00 | 8 | 26 | 5,6 | 0,040 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,38 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| итого за завтрак | | | 640 | 23,03 | 25,894 | 96,20 | 681,954 | 21,20 | 0,34 | 0,294 | 171,5 | 121,1 | 275,0 | 49,57 | 8,500 |
| Норма по СанПин 25% | | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,58 | 3,15 | 0,12 | 0,07 | 5,28 | -0,71 | -6,63 | -5,94 | -14,91 | -2,08 | -8,48 | 22,22 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-21з/22 | Кукуруза сахарная | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,30 | 1,15 | 0,01 | 0,02 | 0,72 | 22 | 21 | 6,8 | 0,2 | 0 |
| 116/21 | Суп из овощей | 250 | 2 | 4,525 | 6,325 | 74,00 | 7,25 | 0,075 | 0,075 | 0,00 | 22,75 | 45,25 | 18,25 | 0,71 | 0 |
| 271 / 17 | Котлеты домашние | 100 | 10,69 | 10,682 | 25,247 | 239,89 | 0,68 | 0,06 | 0,02 | 17,69 | 54,544 | 15,360 | 22,512 | 1,9 | 0 |
| 276/21 | Омлет с отварным картофелем | 180 | 12,42 | 15,48 | 12,78 | 241,20 | 8,10 | 0,14 | 0,04 | 223,20 | 104,4 | 221,4 | 30,6 | 0,243 | 0 |
| 54-1хн/22 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81,00 | 0,02 | 0 | 0 | 15,00 | 50 | 4,3 | 2,1 | 0,09 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 2,31 | 0,82 | 32,52 | 146,75 | 0 | 0,0720 | 0,024 | 0,00 | 12 | 39 | 8,4 | 0,066 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| 338 / 17 | Плоды свежие (яблоко) | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 53,28 | 12 | 0,036 | 0,024 | 0,000 | 19,2 | 13,2 | 10,8 | 2,64 | 0 |
| итого за обед | | | 1010 | 31,86 | 32,787 | 131,27 | 948,84 | 29,20 | 0,50 | 0,31 | 256,61 | 297,59 | 453,11 | 102,10 | 5,87 |
| Норма по СанПин 35% | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,40 | 0,64 | -0,73 | -0,12 | 6,71 | 1,00 | -15,63 | -6,49 | -10,20 | 2,76 | -0,97 | -2,41 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 470 / 21 | Кисломолочный напиток (Кефир (м | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 1,4 | 0,08 | 0,023 | 40,1 | 240,8 | 180,6 | 28,1 | 0,2 | 0 |
| 193/ 17 | Биточек рисовый с морковью / /и соус молочный | 110 / 20 | 1,925 | 2,235 | 17,942 | 101,583 | 0,34 | 0,03 | 0,03 | 18,28 | 21,03 | 6,84 | 2,4 | 0,59 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пш. (батон) | 30 | 1,115 | 0,57 | 15,42 | 67,83 | 0 | 0,035 | 0,035 | 0,00 | 5,647 | 19,412 | 3,882 | 0,035 | 0 |
| итого за полдник | | | 360 | 8,84 | 7,805 | 41,36 | 270,41 | 1,740 | 0,15 | 0,088 | 58,38 | 267,5 | 206,9 | 34,38 | 0,83 |
| Норма по СанПин 10% | | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | -0,18 | -1,52 | 0,80 | -0,06 | -7,51 | 0,36 | -4,50 | -3,51 | 12,29 | 7,24 | 1,46 | -5,42 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 54,89 | 58,68 | 227,47 | 1630,80 | 50,40 | 0,84 | 0,60 | 428,1 | 418,7 | 728,2 | 151,7 | 14,37 |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 0,98 | 3,78 | -0,61 | -0,04 | 11,99 | 0,29 | -22,25 | -12,43 | -25,11 | 0,68 | -9,44 | 19,82 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 40,70 | 40,59 | 172,63 | 1219,26 | 30,94 | 0,65 | 0,40 | 314,99 | 565,1 | 660,0 | 136,5 | 6,69 |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 0,22 | -0,88 | 0,07 | -0,17 | -0,80 | 1,36 | -20,13 | -10,00 | 2,09 | 10,00 | 0,49 | -7,82 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 63,73 | 66,49 | 268,83 | 1901,2 | 52,14 | 1,0 | 0,7 | 486,5 | 686,1 | 935,0 | 186,1 | 15,19 |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 0,81 | 2,27 | 0,19 | -0,10 | 4,48 | 0,64 | -26,75 | -15,94 | -12,82 | 7,92 | -7,98 | 14,40 |

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 11 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------|------------------------|---------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|-------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 54-12з/22 | Икра морковная | 60 | 1,2 | 4,2 | 6,0 | 67,95 | 3,225 | 0,03 | 0,03 | 560,18 | 17,40 | 37,95 | 23,25 | 0,70 | 0 |
| 289/17 | Рагу из птицы | 235 | 18,9 | 15,0 | 12,1 | 295,84 | 10,46 | 0,16 | 0,02 | 27,55 | 30,29 | 23,29 | 11,09 | 2,87 | 0 |
| 501/21 | Сок фруктовый (яблочный) | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,00 | 4 | 0,02 | 0,02 | 0,000 | 14 | 14 | 8 | 0,28 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 2,3 | 0,8 | 32,5 | 146,75 | 0 | 0,0720 | 0,024 | 0,00 | 12 | 39 | 8,4 | 0,066 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,3 | 0,6 | 16,7 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| Итого за завтрак | | 595 | 25,71 | 20,87 | 87,52 | 677,96 | 17,69 | 0,39 | 0,20 | 587,73 | 86,9 | 207,8 | 53,4 | 3,93 | |
| Норма по СанПин 25% | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 3,57 | -2,32 | -2,15 | -0,07 | 0,26 | 2,93 | -12,31 | 40,30 | -17,76 | -7,68 | -7,21 | -3,14 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 434/21 | Маринад овощной со свеклой | 60 | 0,576 | 5,436 | 4,68 | 69,96 | 1,8 | 0,0126 | 0,0134 | 0 | 15,66 | 19,32 | 9,96 | 0,47 | 0 |
| 95 / 21 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,85 | 4,425 | 6,95 | 75,00 | 8,00 | 0,04 | 0,08 | 0,00 | 36,75 | 49,00 | 23,25 | 1,10 | 0 |
| 308/21 | Котлета рыбная любительская | 120 | 13,893 | 12,934 | 11,271 | 205,68 | 0,00 | 0,07 | 0,15 | 76,80 | 103,2 | 25,76 | 19,20 | 2,88 | 0 |
| 303/17 | Каша вязкая (пшённая) | 180 | 5,02 | 6,01 | 28,73 | 189,00 | 0 | 0,01 | 0,07 | 123,98 | 20,52 | 2,016 | 8,65 | 0,18 | 0 |
| 465 / 21 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,204 | 4,748 | 17,877 | 135,25 | 1,04 | 0,06 | 0,25 | 26,45 | 215,5 | 172,8 | 34,8 | 0,809 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,503 | 0,895 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,6 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| 82/21 | Фрукты свежие (банан) | 100 | 0,34 | 0,34 | 8,4 | 40,29 | 10,00 | 0,04 | 0,05 | 0,00 | 8,00 | 28,00 | 36,6 | 0,60 | 0 |
| Итого за обед | | 1020 | 31,65 | 35,39 | 129,88 | 955,59 | 20,84 | 0,42 | 0,748 | 227,23 | 426,8 | 436,0 | 144,9 | 6,13 | |
| Норма по СанПин 35% | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,16 | 3,47 | -1,09 | 0,13 | -5,23 | -4,74 | 11,78 | -9,75 | 0,57 | 1,33 | 13,30 | -0,96 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| ТТК/54-20н/22 | Чай с яблоком и апельсином | 200 | 0,48 | 0,08 | 8,17 | 34,90 | 2,88 | 0,00 | 0,02 | 1,26 | 11,1 | 13,8 | 7,55 | 1,30 | 0 |
| ТТК/357 / 21 | Оладьи из печени по -кунцевски и /соус сметанный | 100 /20 | 10,16 | 9,01 | 4,60 | 165,00 | 1,788 | 0,092 | 0,080 | 1102,10 | 20 | 25,6 | 20,00 | 3,62 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 30 | 1,155 | 0,413 | 16,26 | 73,377 | 0,00 | 0,08 | 0,08 | 0,00 | 9,90 | 70,00 | 2,00 | 0,01 | 0 |
| Итого за полдник | | 350 | 11,80 | 9,51 | 29,03 | 273,28 | 4,67 | 0,17 | 0,18 | 1103,4 | 41,02 | 109,4 | 29,55 | 4,93 | |
| Норма по СанПин 10% | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 | | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 3,11 | 0,34 | -2,42 | 0,05 | -3,34 | 2,29 | 1,25 | 112,60 | -6,58 | -0,88 | -0,15 | 17,39 | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 57,36 | 56,25 | 217,40 | 1633,55 | 38,53 | 0,81 | 0,95 | 814,96 | 513,7 | 643,8 | 198,3 | 10,06 |
| Норма по СанПин 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 720 | 180 | 10,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 3,73 | 1,15 | -3,24 | 0,06 | -4,96 | -1,81 | -0,54 | 30,55 | -17,19 | -6,35 | 6,09 | -4,11 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК | 43,45 | 44,90 | 158,91 | 1228,87 | 25,51 | 0,60 | 0,93 | 1330,6 | 467,8 | 545,4 | 174,5 | 11,06 |
| Норма по СанПин 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 540 | 135 | 8,10 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 3,27 | 3,80 | -3,51 | 0,18 | -8,56 | -2,46 | 13,03 | 102,84 | -6,01 | 0,45 | 13,15 | 16,43 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 69,16 | 65,76 | 246,43 | 1906,83 | 43,19 | 0,99 | 1,13 | 1918,3 | 554,7 | 753 | 227,8 | 14,99 |
| Норма по СанПин 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 840 | 210 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | 6,84 | 1,48 | -5,66 | 0,10 | -8,30 | 0,47 | 0,71 | 143,15 | -23,77 | -7,23 | 5,94 | 13,28 |

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2-я неделя

Сезон: зима - весна 2023 - __ г.

| № сб. р-р г.изд. | ДЕНЬ 12 - й Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Витамины (мг./сут.) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ТК ТТК |
|----------------------------------------|---------------------------------------------|--------------|------------------------|--------------|--------------------|------------------------------|-----------------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | угле- воды У | Энерг-ая ценность ккал | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 140 / 21 | Суп молочный с крупой | 250 | 5,33 | 9,32 | 28,33 | 218,24 | 0,957 | 0,03 | 0,16 | 20,77 | 219,68 | 18,16 | 30,67 | 0,60 | 0 |
| 54-13/22 | Сыр твёрдых сортов в нарезке | 10 | 2,34 | 2,94 | 0,00 | 35,83 | 0,07 | 0,00 | 0,03 | 26,00 | 88,00 | 50,00 | 3,67 | 0,10 | 0 |
| 465 / 21 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,16 | 4,72 | 17,86 | 134,75 | 1,04 | 0,06 | 0,25 | 26,450 | 215,27 | 171,68 | 34,08 | 0,7 | 0 |
| 267 / 21 | Яйцо варёное в гр. | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0 | 0,0300 | 0,030 | 100,00 | 22 | 77 | 5 | 1,01 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 60 | 2,31 | 0,82 | 32,52 | 146,75 | 0 | 0,0720 | 0,024 | 0,00 | 12 | 39 | 8,4 | 0,066 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 40 | 2,26 | 0,60 | 16,74 | 81,43 | 0 | 0,107 | 0,107 | 0,000 | 13,2 | 93,6 | 2,64 | 0,018 | 0 |
| итого за завтрак | | | 600 | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 2,07 | 0,31 | 0,60 | 173,22 | 570,2 | 449,4 | 84,5 | 2,49 |
| Норма по СанПин | | | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,0 | 300 | 300 | 75,0 | 4,50 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -22,05 | -3,14 | 12,56 | -5,75 | 22,51 | 12,45 | 3,15 | -11,14 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | | |
| 157 / 21 | Овощи консервированные отварные (фасоль) | 60 | 1,93 | 2,14 | 3,55 | 41,14 | 4,397 | 0,03 | 0,02 | 600 | 12,57 | 18,79 | 14,32 | 0,9 | 0 |
| 100/21 | Рассольник ленинградский | 250 | 2,63 | 5,10 | 13,25 | 106,50 | 7,10 | 0,13 | 0,04 | 0,00 | 167,5 | 61,64 | 25,50 | 0,86 | 0 |
| 258 / 17 | Мясо духовое | 200 | 19,81 | 22,45 | 7,208 | 309,66 | 7,44 | 0,11 | 0,14 | 10,77 | 164,7 | 20,1 | 12,51 | 1,01 | 0 |
| 481 / 21 | Кисель витаминный | 200 | 1,06 | 0,29 | 39,482 | 164,69 | 10,577 | 0,019 | 0,06 | 103,03 | 21,44 | 15,817 | 6,65 | 1,8 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб пшеничный | 70 | 2,50 | 0,90 | 35,23 | 158,98 | 0 | 0,0840 | 0,028 | 0,00 | 14 | 45,5 | 9,8 | 0,07 | 0 |
| Пром.пр. | Хлеб ржаной | 54 | 3,05 | 0,81 | 22,59 | 109,93 | 0 | 0,1440 | 0,144 | 0,00 | 17,82 | 126,36 | 3,564 | 0,024 | 0 |
| 338 / 17 | Плоды свежие (яблоко) | 130 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,10 | 13 | 0,04 | 0,03 | 0,000 | 20,8 | 14,3 | 11,7 | 2,86 | 0 |
| итого за обед | | | 964 | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 42,5 | 0,55 | 0,462 | 713,80 | 418,8 | 302,5 | 84,0 | 7,52 |
| Норма по СанПин | | | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,0 | 420 | 420 | 105 | 6,30 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 25,73 | 4,50 | -6,13 | 44,31 | -0,10 | -9,79 | -6,99 | 6,78 |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | | | | | |
| 470 / 21 | Какао с молоком | 200 | 3,49 | 2,79 | 14,20 | 95,16 | 0,58 | 0,03 | 0,14 | 14,60 | 99,6 | 118,7 | 22,10 | 0,58 | 0 |
| 150 / 17 | Запеканка из макарон с творогом | 200 | 5,52 | 6,41 | 24,10 | 176,84 | 0,4 | 0,12 | 0,120 | 50,000 | 160 | 19,9 | 25,00 | 1 | 0 |
| итого за полдник | | | 400 | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 0,98 | 0,15 | 0,26 | 64,6 | 259,6 | 138,6 | 47,10 | 1,58 |
| Норма по СанПин | | | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120 | 120 | 30,0 | 1,80 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -8,61 | 1,00 | 6,25 | -2,82 | 11,64 | 1,55 | 5,70 | -1,23 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|-------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 44,6 | 0,86 | 1,06 | 887,0 | 989 | 752 | 168,5 | 10,02 | |
| Норма по СанПин | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,0 | 720 | 180 | 10,80 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 3,69 | 1,36 | 6,44 | 38,56 | 22,41 | 2,66 | -3,83 | -4,36 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 43,5 | 0,71 | 0,72 | 778,4 | 678,5 | 441,2 | 131,1 | 9,10 | |
| Норма по СанПин | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,0 | 540 | 135 | 8,10 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 17,13 | 5,50 | 0,13 | 41,49 | 11,54 | -8,24 | -1,29 | 5,56 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|-------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 45,56 | 1,01 | 1,32 | 951,6 | 1249 | 891 | 215,6 | 11,59 | |
| Норма по СанПин | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,0 | 840 | 210 | 12,60 | |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -4,92 | 2,36 | 12,69 | 35,73 | 34,05 | 4,22 | 1,87 | -5,59 |

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для учащихся в общеобразовательном учреждении ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше

2 - я неделя

Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2023 - __ г.

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка 2 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12-18 л | ЗАВТРАКИ | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,00 | 300,0 | 300,0 | 75,00 | 4,50 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 15,01 | 0,34 | 0,42 | 211,92 | 317,0 | 313,2 | 59,46 | 4,31 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -3,55 | -0,51 | 0,98 | -1,45 | 1,42 | 1,10 | -5,18 | -1,04 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды 12-тидневка 2 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12-18 л | ОБЕДЫ | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,00 | 420,0 | 420,0 | 105,0 | 6,30 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 29,19 | 0,50 | 0,45 | 348,94 | 310,4 | 380,5 | 112,7 | 5,96 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,70 | 0,44 | -6,92 | 3,77 | -9,14 | -3,30 | 2,58 | -1,89 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню -полдники 12-тидневка 2 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12-18 л | ПОЛДНИКИ | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120,0 | 120,0 | 30,00 | 1,80 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 3,21 | 0,17 | 0,19 | 220,51 | 184,3 | 155,5 | 37,15 | 2,04 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -5,42 | 2,0 | 2,14 | 14,50 | 5,36 | 2,95 | 2,38 | 1,34 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды 12-тидневка 2 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12-18 л | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,00 | 720,0 | 720,0 | 180,0 | 10,80 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 44,20 | 0,84 | 0,86 | 560,86 | 627,4 | 693,7 | 172,2 | 10,27 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 3,15 | -0,07 | -5,94 | 2,32 | -7,72 | -2,19 | -2,60 | -2,93 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды-полдники 12-тидневка 2 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12-18 л | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,00 | 540,0 | 540,0 | 135,0 | 8,10 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 32,40 | 0,66 | 0,64 | 569,45 | 494,7 | 535,9 | 149,9 | 8,00 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,28 | 2,4 | -4,79 | 18,27 | -3,78 | -0,34 | 4,97 | -0,55 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды-полдники 12-тидневка 2 - я неделя | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| 12-18 л | ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,00 | 840,0 | 840,0 | 210,0 | 12,60 |
| Среднее за 6 дней (фактически) | | | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 47,41 | 1,01 | 1,06 | 781,37 | 811,7 | 849,1 | 209,4 | 12,31 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -2,27 | 1,9 | -3,81 | 16,82 | -2,36 | 0,76 | -0,21 | -1,59 |

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

Возрастная категория: 12 лет и старше **1 - 2-я неделя** Сезон: зима - весна 2023 - ___ г.г.

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12- 18 л | ЗАВТРАКИ | 25% | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 17,50 | 0,35 | 0,40 | 225,00 | 300,0 | 300,0 | 75,00 | 4,50 |
| Среднее за 12 дней (фактически) | | | 22,50 | 23,00 | 95,75 | 680,00 | 15,60 | 0,31 | 0,39 | 171,74 | 314,3 | 265,3 | 58,11 | 3,92 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -2,72 | -2,53 | -0,68 | -5,92 | 1,19 | -2,89 | -5,63 | -3,21 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды 12-тидневка | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|-----------------------------------------------------------------|--------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12- 18 л | ОБЕДЫ | 35% | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 24,50 | 0,49 | 0,56 | 315,00 | 420,0 | 420,0 | 105,0 | 6,30 |
| Среднее за 12 дней (фактически) | | | 31,50 | 32,20 | 134,05 | 952,00 | 29,12 | 0,49 | 0,50 | 313,45 | 338,1 | 397,2 | 108,7 | 6,68 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,60 | 0,16 | -3,56 | -0,17 | -6,83 | -1,90 | 1,22 | 2,13 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню -полдники 12-тидневка | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12- 18 л | ПОЛДНИКИ | 10% | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 7,00 | 0,14 | 0,16 | 90,00 | 120,0 | 120,0 | 30,00 | 1,80 |
| Среднее за 12 дней (фактически) | | | 9,00 | 9,20 | 38,30 | 272,00 | 4,28 | 0,17 | 0,23 | 144,85 | 187,6 | 177,5 | 43,28 | 2,00 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -3,89 | 2,44 | 4,24 | 6,09 | 5,64 | 4,79 | 4,43 | 1,10 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды 12-тидневка | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|-------|-------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12- 18 л | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 42,00 | 0,84 | 0,96 | 540,00 | 720,0 | 720,0 | 180,0 | 10,80 |
| Среднее за 12 дней (фактически) | | | 54,00 | 55,20 | 229,80 | 1632,00 | 44,72 | 0,81 | 0,89 | 485,19 | 652,4 | 662,5 | 166,8 | 10,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 3,89 | -2,37 | -4,24 | -6,09 | -5,64 | -4,79 | -4,41 | -1,08 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню обеды-полдники 12-тидневка | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12- 18 л | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 31,50 | 0,63 | 0,72 | 405,00 | 540,0 | 540,0 | 135,0 | 8,10 |
| Среднее за 12 дней (фактически) | | | 40,50 | 41,40 | 172,35 | 1224,00 | 33,40 | 0,67 | 0,73 | 458,30 | 525,7 | 574,7 | 151,9 | 8,68 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 2,72 | 2,60 | 0,68 | 5,92 | -1,19 | 2,89 | 5,64 | 3,22 |

| Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки - обеды - полдники 12-тидневка зима-весна 2023 - ___ г.г. | | | Пищевые вещества г. | | | Энерг-ая ценность ккал | Витамины (мг./сут.) | | | | Минерал. в-ва (мг) | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------|---------------------|-----------|---------------|------------------------------|-----------------------|------|------|--------|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| | | | белки Б | жиры Ж | углеводы У | | С | В1 | В2 | А | кальций Са | фосфор Р | магний Mg | железо Fe |
| Итого за день по СанПиН 100% | | | 90 | 92,0 | 383 | 2720 | 70 | 1,4 | 1,6 | 900 | 1200 | 1200 | 300 | 18 |
| СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12- 18 л | завтрак-обед-полдник | 70% | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,00 | 840,0 | 840,0 | 210,0 | 12,60 |
| Среднее за 12 дней (фактически) | | | 63,00 | 64,40 | 268,10 | 1904,00 | 49,00 | 0,98 | 1,12 | 630,04 | 840,0 | 840,0 | 210,0 | 12,60 |
| отклонение от нормы (+ / -) % | | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | -0,001 | 0,07 | 0,00 | 0,004 | 0,00 | 0,00 | 0,01 | 0,01 |

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 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.)
- 4 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. - 410 с.