

Составлено  
Директор  
МБОУ СОШ № 2  
Васильченко Т.М.

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

ПРИЛОЖЕНИЕ К МЕНЮ

Россия Краснодарский край  
ТАБЛИЦА ПОТРЕБНОСТИ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, ВИТАМИНОВ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ  
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

ПЕРИОД: з и м а -- в е с н а

2023 - \_\_ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2023.

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 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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>20,12</b>	<b>21,96</b>	<b>106,95</b>	<b>681,5</b>	<b>14,95</b>	<b>0,3</b>	<b>0,464</b>	<b>123,18</b>	<b>515,5</b>	<b>284,6</b>	<b>58,37</b>	<b>1,9485</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>			<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-2,65	-1,13	2,92	0,06	-3,64	-5,86	4,00	-11,31	17,96	-1,29	-5,54	-14,18	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>910</b>	<b>27,71</b>	<b>30,53</b>	<b>129,45</b>	<b>952,87</b>	<b>30,29</b>	<b>0,5318</b>	<b>0,6</b>	<b>198,4</b>	<b>369,43</b>	<b>323,15</b>	<b>101,81</b>	<b>7,914</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>			<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-4,21	-1,82	-1,20	0,03	8,27	2,99	0,06	-13,0	-4,2	-8,1	-1,07	8,97	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>390</b>	<b>9,86</b>	<b>9,428</b>	<b>43,84</b>	<b>270,60</b>	<b>15,207</b>	<b>0,12</b>	<b>0,47</b>	<b>58,954</b>	<b>325,33</b>	<b>322,88</b>	<b>101,99</b>	<b>1,69</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,96	0,25	1,45	-0,05	11,72	-1,57	19,38	-3,45	17,1	16,9	24,0	-0,62	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>57,69</b>	<b>61,92</b>	<b>280,24</b>	<b>1905</b>	<b>60,4</b>	<b>0,92</b>	<b>1,50</b>	<b>380,53</b>	<b>1210,3</b>	<b>931</b>	<b>262,2</b>	<b>11,6</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	-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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>			<b>565</b>	<b>35,29</b>	<b>22,826</b>	<b>83,04</b>	<b>681,45</b>	<b>11,72</b>	<b>0,2</b>	<b>0,33</b>	<b>77,05</b>	<b>338,54</b>	<b>158,14</b>	<b>36,19</b>	<b>4,62</b>
<b>Норма по СанПин</b>			<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>				14,21	-0,19	-3,32	0,05	-8,26	-12,99	-4,37	-16,44	3,21	-11,82	-12,94	0,64
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>			<b>930</b>	<b>31,28</b>	<b>31,602</b>	<b>138,57</b>	<b>952,7</b>	<b>35,8</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>788,7</b>	<b>201,0</b>	<b>370,6</b>	<b>73,2</b>	<b>11,7</b>
<b>Норма по СанПин</b>			<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>				-0,25	-0,65	1,18	0,03	16,17	2,07	-5,38	52,64	-18,3	-4,1	-10,6	30,1
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>			<b>360</b>	<b>10,56</b>	<b>8,654</b>	<b>38,14</b>	<b>269,778</b>	<b>0,820</b>	<b>0,13</b>	<b>0,186</b>	<b>20,250</b>	<b>129,8</b>	<b>99,50</b>	<b>26,30</b>	<b>2,277</b>
<b>Норма по СанПин</b>			<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>
<b>отклонение от нормы</b>				1,73	-0,59	-0,04	-0,08	-8,83	-0,71	1,63	-7,75	0,82	-1,71	-1,23	2,65

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>77,13</b>	<b>63,08</b>	<b>259,75</b>	<b>1903,94</b>	<b>48,36</b>	<b>0,82</b>	<b>0,99</b>	<b>886,0</b>	<b>669,3</b>	<b>628,3</b>	<b>135,7</b>	<b>18,61</b>	
<b>Норма по СанПин</b>	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>		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	жиры	угле- воды	Энерг-ая ценность	С	В1	В2	А	кальций	фосфор	магний	железо	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>итого за завтрак</b>		<b>650</b>	<b>21,45</b>	<b>20,970</b>	<b>99,63</b>	<b>677,53</b>	<b>27,31</b>	<b>0,3</b>	<b>0,43</b>	<b>24,40</b>	<b>283</b>	<b>201,40</b>	<b>119,1</b>	<b>3,05</b>	
<b>Норма по СанПин</b>		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-1,17	-2,21	1,01	-0,09	14,01	-0,43	1,94	-22,29	-1,40	-8,22	14,70	-8,08	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>итого за обед</b>		<b>1010</b>	<b>30,32</b>	<b>33,903</b>	<b>130,83</b>	<b>951,899</b>	<b>23,86</b>	<b>0,40</b>	<b>0,81</b>	<b>132,75</b>	<b>437,9</b>	<b>516,8</b>	<b>143,4</b>	<b>4,53</b>	
<b>Норма по СанПин</b>		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-1,31	1,85	-0,84	0,00	-0,91	-6,57	15,38	-20,25	1,50	8,07	12,79	-9,82	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>итого за полдник</b>		<b>367</b>	<b>10,45</b>	<b>9,208</b>	<b>40,028</b>	<b>269,586</b>	<b>11,12</b>	<b>0,21</b>	<b>0,207</b>	<b>145,17</b>	<b>318,95</b>	<b>211,58</b>	<b>67,32</b>	<b>1,86</b>	
<b>Норма по СанПин</b>		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			1,61	0,01	0,45	-0,09	5,88	4,64	2,94	6,13	16,58	7,63	12,44	0,33	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>62,22</b>	<b>64,08</b>	<b>270,49</b>	<b>1899,0</b>	<b>62,29</b>	<b>0,9</b>	<b>1,4</b>	<b>302,3</b>	<b>1040</b>	<b>930</b>	<b>329,8</b>	<b>9,44</b>	
<b>Норма по СанПин</b>	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>		-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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>итого за завтрак</b>		<b>555</b>	<b>15,64</b>	<b>22,36</b>	<b>96,90</b>	<b>680,12</b>	<b>15,74</b>	<b>0,26</b>	<b>0,16</b>	<b>301,76</b>	<b>94,91</b>	<b>178,1</b>	<b>45,85</b>	<b>2,205</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>		<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-7,62	-0,70	0,30	0,00	-2,51	-6,64	-14,80	8,53	-17,09	-10,16	-9,72	-12,75	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>итого за обед</b>		<b>1010</b>	<b>31,89</b>	<b>29,948</b>	<b>141,161</b>	<b>951,04</b>	<b>32,22</b>	<b>0,63</b>	<b>0,48</b>	<b>304,62</b>	<b>236,0</b>	<b>523,4</b>	<b>96,54</b>	<b>7,234</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,43	-2,45	1,86	-0,04	11,03	9,93	-5,31	-1,15	-15,33	8,62	-2,82	5,19	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>итого за полдник</b>		<b>365</b>	<b>4,04</b>	<b>7,074</b>	<b>37,63</b>	<b>277,00</b>	<b>2,220</b>	<b>0,18</b>	<b>0,240</b>	<b>39,870</b>	<b>61,17</b>	<b>241,6</b>	<b>30,90</b>	<b>2,142</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-5,51	-2,31	-0,17	0,18	-6,83	2,50	5,00	-5,57	-4,90	10,13	0,30	1,90	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>51,57</b>	<b>59,38</b>	<b>275,69</b>	<b>1908,16</b>	<b>50,18</b>	<b>1,06</b>	<b>0,88</b>	<b>646,3</b>	<b>392,1</b>	<b>943,2</b>	<b>173,3</b>	<b>11,58</b>		
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	-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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>20,00</b>	<b>26,88</b>	<b>92,23</b>	<b>679,37</b>	<b>10,99</b>	<b>0,36</b>	<b>0,48</b>	<b>83,51</b>	<b>472,0</b>	<b>199,6</b>	<b>32,3</b>	<b>5,57</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-2,78	4,22	-0,92	-0,02	-9,30	0,57	4,69	-15,72	14,33	-8,36	-14,24	5,95	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>990</b>	<b>36,30</b>	<b>35,02</b>	<b>130,24</b>	<b>951,48</b>	<b>17,02</b>	<b>0,40</b>	<b>0,64</b>	<b>149,71</b>	<b>715,6</b>	<b>288,5</b>	<b>78,6</b>	<b>5,38</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			5,34	3,07	-1,00	-0,02	-10,69	-6,43	4,97	-18,37	24,63	-10,96	-8,79	-5,13	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>350</b>	<b>10,088</b>	<b>11,636</b>	<b>31,86</b>	<b>273,0</b>	<b>1,840</b>	<b>0,26</b>	<b>0,233</b>	<b>115,66</b>	<b>279,37</b>	<b>275,93</b>	<b>47,66</b>	<b>1,603</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			1,21	2,65	-1,68	0,04	-7,37	8,57	4,56	2,85	13,28	12,99	5,89	-1,09	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>66,39</b>	<b>73,54</b>	<b>254,33</b>	<b>1903,89</b>	<b>29,85</b>	<b>1,02</b>	<b>1,35</b>	<b>348,88</b>	<b>1466,92</b>	<b>764</b>	<b>158,6</b>	<b>12,55</b>	
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>16,39</b>	<b>0,32</b>	<b>0,31</b>	<b>179,42</b>	<b>165,6</b>	<b>282,1</b>	<b>48,8</b>	<b>3,80</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,00	0,00	0,00	0,00	-1,58	-2,00	-5,44	-5,06	-11,20	-1,49	-8,74	-3,88	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>1029</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>35,13</b>	<b>0,45</b>	<b>0,39</b>	<b>93,61</b>	<b>234,5</b>	<b>461,6</b>	<b>133,8</b>	<b>7,66</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,00	0,00	0,00	0,00	15,19	-2,64	-10,94	-24,60	-15,46	3,47	9,59	7,56	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>351</b>	<b>9,000</b>	<b>9,200</b>	<b>38,30</b>	<b>272,0</b>	<b>0,899</b>	<b>0,20</b>	<b>0,233</b>	<b>35,20</b>	<b>31,24</b>	<b>45,78</b>	<b>22,26</b>	<b>2,150</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,00	0,00	0,00	0,00	-8,72	4,08	4,57	-6,09	-7,40	-6,19	-2,58	1,94	
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>	<b>51,52</b>	<b>0,78</b>	<b>0,70</b>	<b>273,03</b>	<b>400</b>	<b>743,7</b>	<b>182,6</b>	<b>11,46</b>	
<b>Норма по СанПин 60%</b>			<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>	<b>42,00</b>	<b>0,84</b>	<b>0,96</b>	<b>540,0</b>	<b>720</b>	<b>720</b>	<b>180</b>	<b>10,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-15,00	-15,00	-15,00	-15,00	-8,53	-13,56	-21,37	-45,69	-37,86	-17,72	-7,99	-5,50	
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>	<b>36,03</b>	<b>0,65</b>	<b>0,62</b>	<b>128,81</b>	<b>265,70</b>	<b>507,36</b>	<b>156,0</b>	<b>9,81</b>	
<b>Норма по СанПин 45%</b>			<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>	<b>31,50</b>	<b>0,63</b>	<b>0,72</b>	<b>405,0</b>	<b>540</b>	<b>540</b>	<b>135</b>	<b>8,10</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,00	0,00	0,00	0,00	6,47	1,44	-6,37	-30,69	-22,86	-2,72	7,01	9,50	
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>52,42</b>	<b>0,97</b>	<b>0,93</b>	<b>308,23</b>	<b>431,35</b>	<b>789</b>	<b>204,8</b>	<b>13,61</b>	
<b>Норма по СанПин 70%</b>			<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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 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.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка <b>1 - я неделя</b>			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 Ca	фосфор P	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	<b>ЗАВТРАКИ</b>	<b>25%</b>	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50
<b>Среднее за 6 дней (фактически)</b>			22,50	23,00	95,75	680,00	16,18	0,29	0,36	131,6	312	217	56,8	3,53
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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 <b>1 - я неделя</b>			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 Ca	фосфор P	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	<b>ОБЕДЫ</b>	<b>35%</b>	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30
<b>Среднее за 6 дней (фактически)</b>			31,50	32,20	134,05	952,00	29,06	0,49	0,56	277,97	365,7	414,0	104,6	7,41
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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 <b>1 - я неделя</b>			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 Ca	фосфор P	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	<b>ПОЛДНИКИ</b>	<b>10%</b>	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80
<b>Среднее за 6 дней (фактически)</b>			9,00	9,20	38,30	272,00	5,35	0,18	0,26	69,18	191,0	199,5	49,41	1,95
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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 <b>1 - я неделя</b>			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 Ca	фосфор P	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	<b>ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ</b>	<b>60%</b>	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
<b>Среднее за 6 дней (фактически)</b>			54,00	55,20	229,80	1632,00	45,24	0,77	0,92	409,52	677,4	631,3	161,3	10,94
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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 <b>1 - я неделя</b>			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 Ca	фосфор P	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	<b>ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ</b>	<b>45%</b>	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
<b>Среднее за 6 дней (фактически)</b>			40,50	41,40	172,35	1224,00	34,41	0,67	0,82	347,15	556,7	613,6	154,0	9,36
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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 <b>1 - я неделя</b>			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 Ca	фосфор P	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	<b>ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ - ПОЛДНИКИ</b>	<b>70%</b>	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
<b>Среднее за 6 дней (фактически)</b>			63,00	64,40	268,10	1904,00	50,59	0,96	1,18	478,70	868,3	830,9	210,7	12,89
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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.	Д Е Н Ъ 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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>670</b>	<b>22,79</b>	<b>23,015</b>	<b>95,65</b>	<b>684,237</b>	<b>19,82</b>	<b>0,39</b>	<b>0,74</b>	<b>201,99</b>	<b>481,7</b>	<b>447,4</b>	<b>87,21</b>	<b>5,32</b>	
<b>Норма по СанПин</b>		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,32	0,02	-0,03	0,16	3,31	2,71	21,44	-2,56	15,14	12,28	4,07	4,54	
<b>О Б Е Д</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>930</b>	<b>30,27</b>	<b>31,884</b>	<b>134,19</b>	<b>947,915</b>	<b>29,10</b>	<b>0,53</b>	<b>0,521</b>	<b>49,19</b>	<b>213,2</b>	<b>415,6</b>	<b>104,6</b>	<b>4,702</b>	
<b>Норма по СанПин</b>		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-1,37	-0,34	0,04	-0,15	6,57	2,93	-2,43	-29,53	-17,24	-0,37	-0,12	-8,88	
<b>П О Л Д Н И К</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>350</b>	<b>6,39</b>	<b>8,913</b>	<b>42,54</b>	<b>276,73</b>	<b>4,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,19</b>	<b>20,80</b>	<b>72,7</b>	<b>167,1</b>	<b>38,30</b>	<b>1,69</b>	
<b>Норма по СанПин</b>		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-2,90	-0,31	1,11	0,17	-4,03	3,57	1,88	-7,69	-3,95	3,93	2,77	-0,60	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>59,44</b>	<b>63,81</b>	<b>272,38</b>	<b>1908,88</b>	<b>53,1</b>	<b>1,11</b>	<b>1,45</b>	<b>271,98</b>	<b>767,5</b>	<b>1030</b>	<b>230,1</b>	<b>11,71</b>	
<b>Норма по СанПин</b>	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>		-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.	Д Е Н Ъ 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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>565</b>	<b>22,23</b>	<b>22,798</b>	<b>97,34</b>	<b>678,80</b>	<b>14,07</b>	<b>0,31</b>	<b>0,19</b>	<b>69,47</b>	<b>189,4</b>	<b>186,7</b>	<b>31,34</b>	<b>3,91</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>		<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-0,30	-0,22	0,41	-0,04	-4,91	-2,86	-12,94	-17,28	-9,22	-9,44	-14,55	-3,26	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>980</b>	<b>31,11</b>	<b>28,90</b>	<b>141,66</b>	<b>955,62</b>	<b>29,16</b>	<b>0,41</b>	<b>0,28</b>	<b>635,47</b>	<b>217,95</b>	<b>334,07</b>	<b>108,36</b>	<b>4,68</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-0,43	-3,59	1,99	0,13	6,65	-5,43	-17,63	35,61	-16,84	-7,16	1,12	-9,02	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>350</b>	<b>9,02</b>	<b>10,100</b>	<b>35,28</b>	<b>267,01</b>	<b>3,090</b>	<b>0,18</b>	<b>0,205</b>	<b>67,030</b>	<b>350,2</b>	<b>207,7</b>	<b>58,2</b>	<b>1,254</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,03	0,98	-0,79	-0,18	-5,59	3,00	2,81	-2,55	19,18	7,31	9,40	-3,03	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>62,37</b>	<b>61,79</b>	<b>274,28</b>	<b>1901,44</b>	<b>46,31</b>	<b>0,91</b>	<b>0,68</b>	<b>771,97</b>	<b>757,5</b>	<b>728</b>	<b>197,9</b>	<b>9,84</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	-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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>620</b>	<b>18,74</b>	<b>22,427</b>	<b>102,05</b>	<b>677,05</b>	<b>15,25</b>	<b>0,32</b>	<b>0,46</b>	<b>67,588</b>	<b>452,9</b>	<b>313,1</b>	<b>50,8</b>	<b>1,717</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-4,18	-0,62	1,64	-0,11	-3,22	-1,99	3,76	-17,49	12,75	1,09	-8,07	-15,46	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>920</b>	<b>32,62</b>	<b>32,05</b>	<b>133,25</b>	<b>952,03</b>	<b>24,33</b>	<b>0,55</b>	<b>0,38</b>	<b>211,34</b>	<b>287,9</b>	<b>341,4</b>	<b>132,5</b>	<b>6,87</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			1,24	-0,17	-0,21	0,00	-0,25	4,36	-11,50	-11,52	-11,01	-6,55	9,15	3,16	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>355</b>	<b>8,95</b>	<b>9,67</b>	<b>43,28</b>	<b>272,57</b>	<b>4,59</b>	<b>0,16</b>	<b>0,24</b>	<b>8,89</b>	<b>114,7</b>	<b>103,1</b>	<b>15,39</b>	<b>1,97</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-0,06	0,51	1,30	0,02	-3,44	1,57	5,13	-9,01	-0,44	-1,41	-4,87	0,94	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>60,31</b>	<b>64,14</b>	<b>278,58</b>	<b>1901,65</b>	<b>44,16</b>	<b>1,04</b>	<b>1,08</b>	<b>287,81</b>	<b>855,5</b>	<b>758</b>	<b>198,7</b>	<b>10,56</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	-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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>итого за завтрак</b>			<b>640</b>	<b>23,03</b>	<b>25,894</b>	<b>96,20</b>	<b>681,954</b>	<b>21,20</b>	<b>0,34</b>	<b>0,294</b>	<b>171,5</b>	<b>121,1</b>	<b>275,0</b>	<b>49,57</b>	<b>8,500</b>
<b>Норма по СанПин 25%</b>			<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,58	3,15	0,12	0,07	5,28	-0,71	-6,63	-5,94	-14,91	-2,08	-8,48	22,22	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>итого за обед</b>			<b>1010</b>	<b>31,86</b>	<b>32,787</b>	<b>131,27</b>	<b>948,84</b>	<b>29,20</b>	<b>0,50</b>	<b>0,31</b>	<b>256,61</b>	<b>297,59</b>	<b>453,11</b>	<b>102,10</b>	<b>5,87</b>
<b>Норма по СанПин 35%</b>			<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,40	0,64	-0,73	-0,12	6,71	1,00	-15,63	-6,49	-10,20	2,76	-0,97	-2,41	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>итого за полдник</b>			<b>360</b>	<b>8,84</b>	<b>7,805</b>	<b>41,36</b>	<b>270,41</b>	<b>1,740</b>	<b>0,15</b>	<b>0,088</b>	<b>58,38</b>	<b>267,5</b>	<b>206,9</b>	<b>34,38</b>	<b>0,83</b>
<b>Норма по СанПин 10%</b>			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-0,18	-1,52	0,80	-0,06	-7,51	0,36	-4,50	-3,51	12,29	7,24	1,46	-5,42	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>63,73</b>	<b>66,49</b>	<b>268,83</b>	<b>1901,2</b>	<b>52,14</b>	<b>1,0</b>	<b>0,7</b>	<b>486,5</b>	<b>686,1</b>	<b>935,0</b>	<b>186,1</b>	<b>15,19</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>595</b>	<b>25,71</b>	<b>20,87</b>	<b>87,52</b>	<b>677,96</b>	<b>17,69</b>	<b>0,39</b>	<b>0,20</b>	<b>587,73</b>	<b>86,9</b>	<b>207,8</b>	<b>53,4</b>	<b>3,93</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>		<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			3,57	-2,32	-2,15	-0,07	0,26	2,93	-12,31	40,30	-17,76	-7,68	-7,21	-3,14	
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>Итого за обед</b>		<b>1020</b>	<b>31,65</b>	<b>35,39</b>	<b>129,88</b>	<b>955,59</b>	<b>20,84</b>	<b>0,42</b>	<b>0,748</b>	<b>227,23</b>	<b>426,8</b>	<b>436,0</b>	<b>144,9</b>	<b>6,13</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,16	3,47	-1,09	0,13	-5,23	-4,74	11,78	-9,75	0,57	1,33	13,30	-0,96	
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>11,80</b>	<b>9,51</b>	<b>29,03</b>	<b>273,28</b>	<b>4,67</b>	<b>0,17</b>	<b>0,18</b>	<b>1103,4</b>	<b>41,02</b>	<b>109,4</b>	<b>29,55</b>	<b>4,93</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>		
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			3,11	0,34	-2,42	0,05	-3,34	2,29	1,25	112,60	-6,58	-0,88	-0,15	17,39	

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>69,16</b>	<b>65,76</b>	<b>246,43</b>	<b>1906,83</b>	<b>43,19</b>	<b>0,99</b>	<b>1,13</b>	<b>1918,3</b>	<b>554,7</b>	<b>753</b>	<b>227,8</b>	<b>14,99</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	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	
<b>ЗАВТРАК</b>															
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
<b>Итого за завтрак</b>			<b>600</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>2,07</b>	<b>0,31</b>	<b>0,60</b>	<b>173,22</b>	<b>570,2</b>	<b>449,4</b>	<b>84,5</b>	<b>2,49</b>
<b>Норма по СанПин</b>			<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	<b>17,50</b>	<b>0,35</b>	<b>0,40</b>	<b>225,0</b>	<b>300</b>	<b>300</b>	<b>75,0</b>	<b>4,50</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>				0,00	0,00	0,00	0,00	-22,05	-3,14	12,56	-5,75	22,51	12,45	3,15	-11,14
<b>ОБЕД</b>															
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
<b>Итого за обед</b>			<b>964</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>42,5</b>	<b>0,55</b>	<b>0,462</b>	<b>713,80</b>	<b>418,8</b>	<b>302,5</b>	<b>84,0</b>	<b>7,52</b>
<b>Норма по СанПин</b>			<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	<b>24,50</b>	<b>0,49</b>	<b>0,56</b>	<b>315,0</b>	<b>420</b>	<b>420</b>	<b>105</b>	<b>6,30</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>				0,00	0,00	0,00	0,00	25,73	4,50	-6,13	44,31	-0,10	-9,79	-6,99	6,78
<b>ПОЛДНИК</b>															
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
<b>Итого за полдник</b>			<b>400</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>0,98</b>	<b>0,15</b>	<b>0,26</b>	<b>64,6</b>	<b>259,6</b>	<b>138,6</b>	<b>47,10</b>	<b>1,58</b>
<b>Норма по СанПин</b>			<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	<b>7,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,16</b>	<b>90,00</b>	<b>120</b>	<b>120</b>	<b>30,0</b>	<b>1,80</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>				0,00	0,00	0,00	0,00	-8,61	1,00	6,25	-2,82	11,64	1,55	5,70	-1,23

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

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

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>45,56</b>	<b>1,01</b>	<b>1,32</b>	<b>951,6</b>	<b>1249</b>	<b>891</b>	<b>215,6</b>	<b>11,59</b>
<b>Норма по СанПин</b>	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	<b>49,00</b>	<b>0,98</b>	<b>1,12</b>	<b>630,0</b>	<b>840</b>	<b>210</b>	<b>12,60</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>		0,00	0,00	0,00	0,00	-4,92	2,36	12,69	35,73	34,05	4,22	-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	<b>ЗАВТРАКИ</b>	<b>25%</b>	22,50	23,00	95,75	680,00	17,50	0,35	0,40	225,00	300,0	300,0	75,00	4,50
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			22,50	23,00	95,75	680,00	15,60	0,31	0,39	171,74	314,3	265,3	58,11	3,92
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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	<b>ОБЕДЫ</b>	<b>35%</b>	31,50	32,20	134,05	952,00	24,50	0,49	0,56	315,00	420,0	420,0	105,0	6,30
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			31,50	32,20	134,05	952,00	29,12	0,49	0,50	313,45	338,1	397,2	108,7	6,68
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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	<b>ПОЛДНИКИ</b>	<b>10%</b>	9,00	9,20	38,30	272,00	7,00	0,14	0,16	90,00	120,0	120,0	30,00	1,80
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			9,00	9,20	38,30	272,00	4,28	0,17	0,23	144,85	187,6	177,5	43,28	2,00
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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	<b>ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ</b>	<b>60%</b>	54,00	55,20	229,80	1632,00	42,00	0,84	0,96	540,00	720,0	720,0	180,0	10,80
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			54,00	55,20	229,80	1632,00	44,72	0,81	0,89	485,19	652,4	662,5	166,8	10,60
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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	<b>ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ</b>	<b>45%</b>	40,50	41,40	172,35	1224,00	31,50	0,63	0,72	405,00	540,0	540,0	135,0	8,10
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			40,50	41,40	172,35	1224,00	33,40	0,67	0,73	458,30	525,7	574,7	151,9	8,68
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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	<b>завтрак-обед-полдник</b>	<b>70%</b>	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,00	840,0	840,0	210,0	12,60
<b>Среднее за 12 дней (фактически)</b>			63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	0,98	1,12	630,04	840,0	840,0	210,0	12,60
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			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.