

СОГЛАСОВАНО:

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

ПЕРИОД: з и м а - в е с н а

2021 г.

Возрастная категория: 1 -4 класс

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2021-22 г.

возрастная категория: 1-4 класс

1 - я неделя

50%

ЗИМА - ВЕСНА

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
1-й день			каша молочная манная			Кофейный напиток			Фрукты свежие (яблоко)		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
182/11	Каша молочная (рисовая)	200	крупя рисовая	29,45	29,45	Кофейный напиток	5	5	нарезка	147,55	130
379/11	Кофейный напиток	200	молоко	95	95	молоко	135	135			
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	сахар	3,94	3,94	сахар	5	5			
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	м/сливочное	10	10	вода	85				
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	130	вода	72,7							
ОБЕД			Борщ с картофелем со свежей капустой						Печень по-строгановски		
82/11	Борщ с картоф. и св. капуст.	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
205/11	макароны отв.с овощами	150	свекла	40	32	томат пюре	6	6	печень	92,6	75
255/11	Печень по- строгановски	50/50	капуста б/кач	21,25	17	л/лист	0,008	0,008	м/сливочное	2,65	2,65
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	картофель	21,4	16	соль	1	1	м/растительн	2,5	2,5
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	морковь	10	8	вода	160	160	Соус:		
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	лук репч.	9,6	8				мука пш	3,03	3,03
			м/сливочное	4	4				сметана	11,5	11,5
			макароны отварные с овощами						вода	35	35
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	лук репчатый	11,9	10
			макароны	39	39	томат пюре	10,8	10,8	лав лист	0,001	0,001
			морковь	23,15	18,52	м/растит	7,7	7,7	м/сливочное	2	2
			лук	18,33	15,43				соль	0,5	0,5

2-й день			Омлет натуральный /			чай с сахаром			Фрукты свежие (яблоко)		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
210/11	Омлет натуральный	190	яйца шт / гр.	3,585 шт	143,40	чай	0,8	0,8	нарезка	136,2	120
376/11	чай с сахаром	200	молоко	53,8	53,8	вода	66				
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	м /сливочное	7,17	7,17	сахар	10	10			
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20				вода	150				
340/ 11	Фрукты свежие (яблоко)	120				Котлета рублен. из птицы					
ОБЕД			Суп картофельный с рыбными фрикадельками			сырьё	брутто	нетто	картофельное пюре /		
106/11	Суп с рыбными фрикадельками	200/50	бедро кур на к	94,57	53,0	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
294/11	Котлета рубленая из птицы	80/15	хлеб пш.	21	21	картофель	122,67	92	картофель	122,67	92
			картоф	85,4	64	молоко	12	12	молоко	16,73	15,7
128-131 / 11	картофель пюре/ горошек овощной отварной	110/60	морковь	10	8	яйца	0,095 шт.	3,8	м/сливочное	3,14	3,14
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	лук репчатый	9,6	8	лук	5,625	5			
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	том пюре	2	2	м/сливочное	2,87	2,87	/ горошек овощной		
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	м/сливочное	2	2	сухарь панирс	8	8	отварной		
			соль	1	1	м/растительн	3,92	3,92	консервирован	92,4	60
			л/лист	0,008	0,008	СОУС:					
			вода	140		сметана	3,75	3,75	Компот из смеси сухофруктов		
			фрикадельки			мука пш.	1,13	1,13	сырьё	брутто	нетто
			минтай б/г	73,47	51,5	вода	11,3		смесь сух-в	15	15
			яйца	0,0625 шт.	2,5	лав. лист	0,0003	0,0003	сахар	8	8
			лук репчатый	11,9	10	томат пюре	1,5	1,5	к-та лимон	0,2	0,2
						соль	0,15	0,15	вода	200	

возрастная категория: 1-4 класс

1 - я неделя

50%

ЗИМА - ВЕСНА

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
3-й день			Суп молочный с лапшой						Какао с молоком		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
120-114/1	Суп молочный с лапшой	200	мука пш.	14	14	молоко	100	100	Какао	2,5	2,5
382/11	Какао с молоком	200	мука на подпыл	0,96	0,96	сахар	1,2	1,20	молоко	135	135
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	яйца	0,1 шт.	4	соль	0,6	0,6	сахар	5	5
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	вода	2,8		м/сливочное	1,6	1,6	вода	75	75
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	130	соль	0,4	0,4	вода	84		Фрукты свежие (яблоко)		
			выход лапши 16 гр.			Мясо духовое с картофелем			сырьё	брутто	нетто
ОБЕД			Суп с крупой и томатом			с картофелем			нарезка	147,55	130
101/11	Суп с крупой и томатом	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто			
47 /11	капуста квашеная	60	картофель	80	60	говядина	106,13	92,4	капуста квашеная		
258/11	мясо духовое с картофелем	55/140	крупка пшено	4	4	картофель	121,87	91,33	сырьё	брутто	нетто
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	томат пюре	6	6	м/растительн	2,8	2,8	капуста квашен	71,19	49,83
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	морковь	10	8	м/сливочное	2,8	2,8	лук репчатый	7,50	6,00
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	лук репчатый	9,6	8	морковь	22,42	17,32	сахар песок	2	2
			м/сливочное	2	2	лук репчатый	13,44	11,2	м/растительн	2,54	2,54
			л/лист	0,008	0,008	томат пюре	6,72	6,72			
			соль	1	1	л/лист	0,0078	0,0078			
			вода	150	150	вода	111				

4-й день			запеканка из творога с молоком сгущённым						чай без сахара		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
223/11	запеканка из творога с молоком сгущённым	135/25	творог	127,72	125	м/сливочное	5,4	5,4	чай	0,8	0,8
375/11	Чай чёрный	200	крупка манная	8,1	8,1	сухарь пан	5,4	5,4	вода	66	66
Пром.пр.	Кондитерские изделия	10	сахар песок	10,0	10,0	сметана	5,4	5,4	вода	150	150
340 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	130	яйца шт./ гр.	0,135 гр.	5,4	молоко сгущённо	25	25	Фрукты свежие (яблоко)		
									нарезка	147,55	130
ОБЕД			Суп из овощей			Суфле из печени			Кисель ассарти фруктовое		
99 / 11	Суп из овощей	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
255/11	Суфле из печени	100	капуста св.	20	16	печень	90,36	75	сухофрукты	15	15
128-73 /11	картофель пюре / икра кабачковая	110/55	картоф	57,14	40	молоко	30	30	ябл свежие	19,56	18,5
359/11	Кисель ассарти фруктовое	200	морковь	10	8	мука пш	15	15	сахар	10	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лук реп	9,6	8	яйца шт / гр.	0,125шт.	5	к-та лимон	0,2	0,2
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	горошек консерв	9,2	6	соль	0,6	0,6	крахмал	7,5	7,5
			м/сливочное	4	4	м/сливочное	3	3	вода	200	
			соль	1	1	сухарь ланирс	5	5	картофельное пюре /		
			л/лист	0,08	0,08				сырьё	брутто	нетто
			вода	150					картофель	122,67	92
			зелень	1	1				молоко	16,73	15,7
									м/сливочное	3,14	3,14
									/ икра кабачковая		
									кабачки	73,9	59,07
									капуста св.	15,125	12,1
									лук репчатый	7,205	6,05
									томат пюре	6,06	6,06
									м/растительн	2,75	2,75

10 - ТИДНЕВНАЯ (М Е Н Ю - Р А С К Л А Д К А) Д Л Я П И Т А Н И Я Д Е Т Е Й

ЗАВТРАК - ОБЕД

возрастная категория: 1-4 класс

1 - я неделя

50%

ЗИМА - ВЕСНА

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
			Бутерброд с рыбными изделиями						чай с сахаром		
5-й день			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
ЗАВТРАК			минтай б/г потраш	120,07	84,6	выход шницель 90 гр.			чай	0,8	0,8
172/11	хлопья кукурузные с молоком	180/20	лук репч.	18	16,2	Хлеб пш.	30	30	вода	66	66
5-235/11	Бутерброд с рыбными изделиями	90/30	зелень	1,8	1,8	хлопья кукурузные с молоком			сахар	10	10
376/11	чай с сахаром	200	яйца	0,09шт.	3,6	сырьё	брутто	нетто	вода	150	150
			сухарь паниров.	10,8	10,8	молоко	189,9	180,00			
			вода	7		хлопья пшен.	20	20			
			м/растительное	5,3	5,3						
ОБЕД			Суп картофельный с горохом			птица тушёная с овощами					
102/11	Суп картоф. с горохом	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
292/11	птица тушённая с овощами	46/144	сырьё	брутто	нетто	бедро кур на к	97,14	69	Соус:		
70 /11	Овощи солёные (огурец)	60	картоф	53,4	40	м/растительное	2	2	сметана	10,2	10,2
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	морковь	10,63	8,5	м/сливочное	6,6	6,6	мука пш.	2	2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лук репчатый	9,6	8	картофель	97,11	72,47	вода	65,3	65,3
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	горох луц.	16,2	16	морковь	41,76	33,12	томат	7,2	7,2
			м/сливочное	4	4	горошек зел	16,13	10,08	соль	0,72	0,72
			соль	1	1	лук репчатый	17,28	14,4	лав лист	0,00144	0,00144
			л/лист	0,008	0,008	л/лист	0,008	0,008	ОВОЩИ СОЛЁНЫЕ		
			вода	140	140	зелень	1,5	1,5	огурец	66	60

2 - я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
			Суп молочный с макаронами			Сыр порциями			чай с сахаром		
6-й день			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
ЗАВТРАК			Суп молочный с макаронами			сыр костромск			чай		
120/11	Суп молочный с макаронами	200	макароны	16	16	20,68	20		вода	66	
15/11	Сыр порциями (Костромской)	20	молоко	100	100	масло порциями			сахар	10	10
14/11	масло порциями	10	сахар	1,2	1,200	сырьё	брутто	нетто	вода	150	
376/11	чай с сахаром	200	соль	0,6	0,6	м/сливочное	10	10			
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	60	м/сливочное	1,6	1,6						
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	вода	84							
ОБЕД			Борщ с картофелем			плов с говядиной			капуста квашеная		
83/11	Борщ с картофелем	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
47 /11	капуста квашеная	60	свекла	41,25	33	говядина	127,92	110,6	капуста квашен	71,19	49,83
265/11	Плов с говядиной	70/110	картоф	53,4	40	крупа рисовая	37,40	37,40	лук репчатый	7,50	6,00
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	морковь	10	8	м/растительное	6,71	6,71	сахар песок	2	2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лук репчатый	9,6	8	лук репч	6,6	5,5	м/растительн	2,54	2,54
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	томат пюре	6	6	морковь	11	8,8			
			сахар	1	1	томат	8,8	8,8			
			м/сливочное	4	4	вода	88				
			соль	1	1						
			л/лист	0,008	0,008						
			вода	140	140						

возрастная категория: 1-4 класс

2 - я неделя

50%

ЗИМА - ВЕСНА

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию										
7-й день			чай с сахаром			Сыр порциями			хлопья пшеничные				
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	с молоком				
172/11	хлопья пшеничные с молоком	200	чай	0,8	0,8	сыр костромск	15,5	15	сырьё	брутто	нетто		
15/11	Сыр порциями (Костромской)	15	вода	66	66				молоко	189,9	180		
376/11	чай с сахаром	200	сахар	10	10				хлопья пшен.	20	20		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	вода	150	150	тефтели рыбные (минтай)			соус в тефтели				
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	120	Фрукты свежие (яблоко)			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто		
ОБЕД			сырьё	брутто	нетто	минтай б/г	106,00	74,3	мука пш.	0,4	0,4		
96/11	Рассольник ленинградский	200	нарезка	136,2	120	хлеб пш.	12,6	12,6	вода	13,15			
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/20	Рассольник ленинградский			вода	1		томат	2,06	2,06		
128-133 / 11	картофельное пюре / / кукуруза отварная конс.	120/50	сырьё			брутто	нетто	лук репч	16,2	12,6	лук репчат	1,03	0,875
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	крупка перловая	4	4	яйцо	0,06шт.	2,4	м/слив	2	2		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	картоф	80	60	мука пш.	9	9	морковь	6,84	5,47		
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	морковь	10	8	м/растительн	4	4	л/лист	0,001	0,001		
			лук реп	4,8	4	соль	0,39	0,39	соль	0,2	0,2		
			огурцы солен	13,4	12	картофельное пюре			/ кукуруза отварная				
			м/сливочное	4	4	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто		
			соль	0,5	0,5	картоф	140,8	105,6	консервирован	119	50		
			л/лист	0,008	0,008	м/сливоч	3,6	3,6					
			вода	150	150	молоко	19,2	18					

Сборник рецеп №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
8-й день			запеканка из творога с молоком сгущённым						Кофейный напиток		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
223/11	запеканка из творога с молоком сгущённым	135/25	творог	127,72	125	м/сливочное	5,4	5,4	Кофейный напиток	5	5
379/11	Кофейный напиток	200	крупка манная	8,1	8,1	сухари пан	5,4	5,4	молоко	135	135
15/11	Сыр порциями (Костромской)	15	сахар песок	10,0	10,0	сметана	5,4	5,4	сахар	5	5
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	130	яйца шт. / гр.	0,135гр.	5,4	молоко сгущённое	25	25	вода	85	
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	Сыр порциями						Фрукты свежие (яблоко)		
			сырьё	брутто	нетто				нарезка	147,55	130
ОБЕД			сыр костромской	15,5	15	Котлета рубленая из птицы			каша пшеничная /		
88/11	Щи из св/ капусты с карт	200				сырьё	брутто	нетто	Крупа пшеничн	34,4	34,4
294/11	Котлета рубленая из птицы	80/15				бедро кур на к	94,57	53,0	м/сливочное	4	4
171-75 / 11	каша пшеничная / икра свекольная	90/60	Щи из свежей капусты с картофелем			хлеб пш.	21	21	вода	61,92	
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	сырьё	брутто	нетто	молоко	12	12	/ икра свекольная		
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	капуста св.	51,25	41	яйца	0,095 шт.	3,8	свекла	57,42	45
Пром.пр.	Хлеб ржаной	30	картофель	32,0	24,0	лук	5,625	5	лук репчат	12,48	10,5
			морковь	10	8	м/сливочное	2,87	2,87	томат	15	15
			петрушка	1,7	1,7	сухари паниро	8	8	м/растительн	4,5	4,5
			лук репч	9,6	8	м/растительн	3,92	3,92	сахар	0,72	0,72
			томат пюре	2	2	СОУС:			Компот из смеси сухофруктов		
			м /сливочное	4	4	сметана	3,75	3,75	сырьё	брутто	нетто
			соль	1	1	мука пш.	1,13	1,13	смесь сух-в	15	15
			л/лист	0,008	0,008	вода	11,3		сахар	8	8
			вода	160	160	лав. лист	0,0003	0,0003	к-та лимон	0,2	0,2
						соль	0,15	0,15	вода	200	
						томат пюре	1,5	1,5			

10 - ТИДНЕВНАЯ (М Е Н Ю - Р А С К Л А Д К А) Д Л Я П И Т А Н И Я Д Е Т Е Й

ЗАВТРАК - ОБЕД

возрастная категория: 1-4 класс

2 - я неделя

50%

ЗИМА - ВЕСНА

Сборник рецепт №	Наименование блюда	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
9-й день			каша молочная манная						Какао с молоком		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
181/11	Каша молочная (манная)	200	крупа манка	29,45	29,45	вода	72,7	72,7	Какао	2,5	2,5
382/11	Какао с молоком	200	молоко	95	95	м/сливочное	10	10	молоко	135	135
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	сахар	3,94	3,94				сахар	5	5
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	тефтели мясные			соус в тефтели			вода	75	75
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	120	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	Фрукты свежие (яблоко)		
			говядина	88,07	76	мука пш.	0,4	0,4	нарезка	136,2	120
ОБЕД			Хлеб пш.	13,4	13,4	вода	13,2	13,2	Суп картофельный с клёцками		
108/11	Суп карт. с клёцками	200	молоко	2,8	2,8	томат	2,06	2,06	сырьё	брутто	нетто
171-75/11	Каша рисовая с овощами	150	вода	1,7		зелень	1	1	картоф	53,4	40
278/11	тефтели мясные	100/20	лук репчатый	38,4	32	лук репчатый	1,03	0,86	морковь	10	8
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	м/растительное	4,8	4,8	м/слив	2	2	лук репчатый	9,6	8
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	яйца	0,087 шт.	3,48	морковь	6,8400	5,4700	м/сливочное	2	2
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	мука пш.	8,5	8,5	л/лист	0,00010	0,00010	соль	1	1
			м/растительное	4	4	соль	0,20	0,20	соль	1	1
			каша рисовая с овощами			Компот из смеси сухофруктов			л/лист	0,008	0,008
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	вода	155	155
			крупа рисовая	34,70	34,70	смесь сух-в	15	15	клёцки		
			лук репчатый	25,52	21,48	сахар	8	8	вода	24,2	24,2
			томат	15,04	15,04	к-та лимон	0,2	0,2	м/сливочное	1,75	1,75
			м/растительное	1,83	1,83	вода	200	200	яйца	0,11 шт.	4,4
			м/сливочное	8,91	8,91				мука	15,4	15,4
			морковь	32,225	25,78				соль	0,45	0,45

10 - й день			Зразы рубленные						макаронны /		
ЗАВТРАК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
203-73 / 11	макаронны / икра кабачковая	60/90	минтай б/г	115,1	79,6	фарш для зраз			макаронны	20	20
			хлеб пш.	9,9	9,9	лук репчатый	21,7	18,4	м/сливочное	2,9	2,9
237/11	Зразы рыбные (минтай)	100	яйца	0,037 шт.	1,48	м/сливочное	3,4	3,4	вода	120	
377/11	чай с лимоном	208	вода	0,91	0,91	рис крупа	3,4	3,4			
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	сухарь панирова	5	5	яйца	0,2085 шт.	8,34	/ икра кабачковая		
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	м/растительное	4,2	4,2				кабачки	120,87	96,66
			Суп картофельный с бобовыми			рагу овощное			капуста св.	24,75	19,8
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	лук репчатый	11,79	9,9
102/11	Суп картоф. с бобовыми	200	картоф	53,4	40	картоф	77,4	57,6	томат пюре	9,9	9,9
268/11	Биточек из говядины	90	картоф	53,4	40	морковь	36	28,8	м/растительн	4,5	4,5
143/11	Рагу из овощей	180	морковь	10,63	8,5	лук реп	18	14,4	Биточек из говядины		
354/11	Кисель ассорти фруктовое	200	лук реп	9,6	8	репа	37,8	28,8	сырьё	брутто	нетто
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	35	фасоль	16,2	16	капуста	45,00	36,00	говядина	82,12	71
Пром.пр.	Хлеб ржаной	20	м/сливочное	4	4	лав лист	0,018	0,018	хлеб пш.	17,1	17,1
			соль	1	1	м/слив	7,2	7,2	лук репчат	12	10
			л/лист	0,008	0,008	зелень	1,89	1,89	вода	3,35	3,35
			вода	140	140	соус			сухари	9	9
			Кисель из сухофруктов			соль	0,54	0,54	яйцо	0,075 шт.	3
			сырьё	брутто	нетто	сметана	10	10	м/растит	4,5	4,5
			ябл сушёные	15	15	мука пшенич	4,05	4,05	ЧАЙ С ЛИМОНОМ		
			ябл свежие	19,56	18,5	томат пюре	5,4	5,4	чай	1	1
			сахар	10	10	вода	44	44	лимон	9	8
			к-та лимон	0,2	0,2	л/лист	0,0011	0,0011	сахар	10	10
			крахмал	7,5	7,5				вода	216	216
			вода	220							

возрастная категория: 1-4 класс

"Ведомость контроля за рационом питания"

режим питания: двухразовый с по

п/п	наименование группы пищевой продукции	норма продукции в граммах г (нетто)	Количество пищевой продукции в Н Е Т Т О по дням в граммах на одного человека в качестве горячих ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ (всего) 50 % меню 10 - тидневка СанПин 2.3/2.4.3590 - 20										в среднем за неделю (10 дней)	Откло- нение от нормы в % (+ / -)
			1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й	8-й	9-й	10-й		
			день	день	день	день	день	день	день	день	день	день		
1	хлеб ржаной	40	50	50	50	30	30	50	30	30	40	40	40	100
2	хлеб пшеничный	75	60	81	70	40	70	100	72,6	91	73,4	92	75	100
3	мука пшеничная	7,5	3,03	1,13	14,96	15,00	2	0	9,40	1,13	24,3	4,05	7,5	100
4	крупы, бобовые	22,5	29,45	0	0	8,1	16	0	4	42,5	64,15	19,40	22,5	100
5	макаронные изделия	7,5	39	0	0	0	0	16	0	0	0	20	7,5	100
6	картофель	93,5	16	156	151,33	132	112,47	40	165,6	24	40	97,6	93,5	100
7	овощи (свеж, консерв-я. Зелень, томат, соленья)	140	125,75	94,5	113,07	122	160,80	133,93	95,83	137,7	119,69	296,45	140	100
8	фрукты свежие	92,5	130	120	130	148,5	0	0	120	130	120	26,5	92,5	100
9	сухофрукты	7,5	0	15	0	15	0	0	0	15	15	15	7,5	100
10	СОКИ фруктовые	100	200	0	200	0	200	200	200	0	0	0	100	100
11	мясо 1-й категории	35	0	0	92,4	0	0	110,6	0	0	76	71	35	100
12	цыплята 1 кат. потрошенные	17,5	0	53	0	0	69	0	0	53	0	0	17,5	100
13	рыба-филе	29	0	51,5	0	0	84,6	0	74,3	0	0	79,6	29	100
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	15	75	0	0	75	0	0	0	0	0	0	15	100
15	молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	150	230	81,5	235	70,7	180	100	198	172	232,8	0	150	100
16	творог (м. д. ж. 5% не более 9%)	25	0	0	0,0	125	0	0	0	125	0	0	25	100
17	сыр (костромской)	5	0	0	0,0	0	0	20	15	15	0	0	5	100
18	сметана (м. д. ж. не более 15%)	5	11,500	4	0,0	5,4	10,200	0	0,000	9,15	0	10	5	100
19	масло сливочное	15	18,65	15,18	6,4	15,54	10,6	15,6	9,6	16,27	24,66	17,5	15	100
20	масло растительное	7,5	10,2	4	5,3	2,75	7,3	9,25	4	8,42	11	13,2	7,5	100
21	яйцо диетическое столовое	20	0	149,70	4,0	10,4	3,6	0	2,4	9,2	7,9	12,82	20	100
22	сахар	15	8,94	18,00	8,20	20	10	14,2	10	23,720	16,94	20,0	15	100
23	кондитерские изделия	5	0	0	0,0	10	20	0	20	0	0	0	5	100
24	чай листовой чёрный	0,5	0	0,80	0,0	0,8	0,8	0,8	0,8	0	0	1	0,5	100
25	какао - порошок	0,5	0	0	2,5	0	0	0	0	0	2,5	0	0,5	100
26	кофейный напиток	1	5	0	0,0	0	0	0	0	5	0	0	1	100
27	соль пищевая поваренная йодированная	1,5	1,5	1,2	2,0	1,6	1,72	1,6	1,09	1,15	1,65	1,54	1,5	100
28	Крахмал	1,5	0	0	0,0	7,5	0	0	0	0	0	7,5	1,5	100
29	Специи	1	0,009	0,208	0,016	0,28	0,01744	0,008	0,009	0,2083	0,208	0,22713	0,119	11,91
30	белки	38,5	29,98	40,487	35,0305	47,4328	39,627	37,9825	33,54	52,957	35,27	32,691	38,50	100
31	жиры	39,5	31,16	51,3032	31,668	49,6672	29,899	45,495	32,348	47,3672	39,947	36,1425	39,50	100
32	углеводы	167,5	185,90	149,468	156,929	163,143	123,487	175,71	142,624	210,541	199,71	167,483	167,50	100
33	калорийность	1175	1143,96	1221,55	1052,85	1289,31	921,55	1264,23	996	1480,30	1299,447	1125,98	1179,5	100

Рекомендации по корректировке меню :

Подпись медицинского работника и дата:

Подпись руководителя образовательной (оздоровительной) организации, организации по уходу и присмотру и дата ознакомления:

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления, а также проведённой корректировки в соответствии с рекомендациями медицинского работника: