

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"

Составлено:  
и.о. директора  
*Ю. В. Васильев*



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

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

ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА

2023 - \_\_\_\_ г.г.

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2023 г.

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры / ТТК	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	Каша рисовая	210	6.643	8.4	34.280	215.33		236 / 21
	сыр твёрдых	30	7.00	8.80	0	107.50		54-1з / 22г
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.5	26.80		54-2гн / 22
	Кондитерские изделия	35	2.33	3.63	22.42	130.96		Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	35	1.35	0.48	18.97	85.60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07		Пром.пр.
	Фрукты свежие	100	0.905	0.20	12.22	54.26		82 / 21
<b>итого за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>20.12</b>	<b>21.962</b>	<b>106.95</b>	<b>681.52</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>			<b>22.50</b>	<b>23.00</b>	<b>95.75</b>	<b>680.00</b>	<b>-1.52 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-2.65	-1.13	2.92	0.06		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	Овощи натур.	60	0.48	0.06	1.02	6.60		70 / 17
	Суп картофельный	250	6.3	3.575	14.6	115.75		113 / 21
	Котлеты "Нежность"	120	12.45	12.82	7.36	244.08		373 / 21
	Рагу из овощей	180	2.906	12.646	33.805	260.66		143 / 17
	Сок фруктовый	200	1	0	23.4	97.60		501 / 21
	Хлеб пшеничный	60	2.31	0.83	32.52	146.75		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>910</b>	<b>27.71</b>	<b>30.527</b>	<b>129.45</b>	<b>952.87</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>			<b>31.50</b>	<b>32.20</b>	<b>134.05</b>	<b>952.00</b>	<b>-0.87 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-4.21	-1.82	-1.20	0.03		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	Кофейный напиток	200	5.20	4.75	17.88	135.25		465 / 21
	Бутерброд с сыром	20 / 30	4.18	4.2	14.200	78.95		ТТК / 3/17
	Фрукты свежие	140	0.48	0.480	11.76	56.40		82 / 21
<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>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>			<b>9.00</b>	<b>9.20</b>	<b>38.30</b>	<b>272.00</b>	<b>1.40 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			0.96	0.25	1.45	-0.05		

<b>итого за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>47.82</b>	<b>52.49</b>	<b>236.40</b>	<b>1634.39</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1632.00</b>	<b>-2.39 ккал</b>	
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>	-6.863	-2.947	1.723	0.088		

<b>итого ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>37.57</b>	<b>39.96</b>	<b>173.29</b>	<b>1223.47</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>1224.00</b>	<b>0.53 ккал</b>	

отклонение от нормы ( + / - )	-3.254	-1.571	0.244	-0.020	
-------------------------------	--------	--------	-------	--------	--

Завтрак - обед - полдник	57.69	61.92	280.24	1904.99	отклонение ( + / - )
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	-0.99 ккал
отклонение от нормы ( + / - )	-5.90	-2.70	3.17	0.04	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

### 1-я неделя

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя	Запеканка из	160 / 40	30.11	12.37	39.01	387.78		223 / 17
	Чай с молоком	200	3.1	2.2	10.95	75.70		460/21
1 -я День	Масло (порц)	10	0.08	7.25	0.13	66.09		14 / 17
	Хлеб пшенич	40	1.54	0.55	21.68	97.83		Пром.пр.
2 -й	Фрукты свежие	115	0.46	0.46	11.27	54.05		338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>565</b>	<b>35.29</b>	<b>22.826</b>	<b>83.04</b>	<b>681.452</b>	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	-1.45 ккал		
отклонение от нормы ( + / - )			14.21	-0.19	-3.32	0.05		
<b>ОБЕД</b>								
неделя	Икра кабачко	60	1.14	5.34	4.62	70.80		150 / 21
	Свекольник	250	2.02	5.02	20.82	136.51		98 / 21
1 -я День	Печень, туш	120	18.45	16.00	20.96	291.61		359/21
	Картофель с	90/90	3.84	3.6	16.20	112.80		392 /21
2 -й	Компот из см	200	0.5	0.00	19.80	81.00		54-1хн/22
	Хлеб пшенич	70	2.50	0.90	35.23	158.99		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2.83	0.75	20.94	101.00		Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>31.28</b>	<b>31.602</b>	<b>138.57</b>	<b>952.709</b>	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	-0.71 ккал		
отклонение от нормы ( + / - )			-0.25	-0.65	1.18	0.03		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя	Чай с яблоко	200	0.348	0.048	7.726	32.83		54-46гн/22
	Руллет с мака	110 / 20	8.514	8.156	17.855	175.88		276 /17
1 -я День	сметанный с томатом							
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07		Пром.пр.
2 -й								
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>10.56</b>	<b>8.654</b>	<b>38.14</b>	<b>269.78</b>	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин 10%		9.00	9.20	38.30	272.00	2.22 ккал		
отклонение от нормы ( + / - )			1.73	-0.59	-0.04	-0.08		

итого за ЗАВТРАК - ОБЕД	66.57	54.43	221.61	1634.16	отклонение ( + / - )
-------------------------	-------	-------	--------	---------	----------------------

<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1632.00</b>	<b>-2.16</b> ккал
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>	13.96	-0.84	-2.14	0.08	

<b>ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>41.83</b>	<b>40.26</b>	<b>176.71</b>	<b>1222.49</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>1224.00</b>	<b>1.51</b> ккал
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>	1.48	-1.24	1.14	-0.06	

<b>Завтрак - обед - полдник</b>	<b>77.13</b>	<b>63.08</b>	<b>259.75</b>	<b>1903.94</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63.00</b>	<b>64.40</b>	<b>268.10</b>	<b>1904.00</b>	<b>0.06</b> ккал
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>	15.69	-1.43	-2.18	0.00	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я	Горошек зел	60	1.7	0.1	3.5	22.10		54-20з/22
	Тефтели рыб	110 / 20	11.44	13.97	6.57	201.77		239/17
3 -й	Пюре картоф	180	3.68	5.76	24.500	164.70		312 / 17
	Сок фруктовый	200	1	0	25.4	105.60		501 / 21
	Хлеб пшенич	50	1.93	0.69	27.1	122.29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>650</b>	<b>21.45</b>	<b>20.970</b>	<b>99.63</b>	<b>677.530</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>			<b>22.50</b>	<b>23.00</b>	<b>95.75</b>	<b>680.00</b>	<b>2.47</b> ккал	
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-1.17	-2.21	1.01	-0.09		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я	Икра секоль	60	0.9	2.16	5.1	43.20		53 / 21
	Борщ из свеж	250	1.3	4.375	6	68.50		93 / 21
День 3 -й	Гуляш из гов	50 / 50	14.592	14.439	3.038	201.29		54-2м /22
	Каша вязкая	180	2.66	6.196	34.247	203.39		303 / 17
3 -й	Кофейный на	200	5.20	4.75	17.88	135.25		465 / 21
	Хлеб пшенич	70	2.50	0.90	35.23	158.98		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2.83	0.75	20.94	101.00		Пром.пр.
	Фрукты свеж	100	0.34	0.34	8.4	40.29		82/ 21
<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>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>			<b>31.50</b>	<b>32.20</b>	<b>134.05</b>	<b>952.00</b>	<b>0.10</b> ккал	

отклонение от нормы ( + / - )		-1.31	1.85	-0.84	0.00		
<b>неделя</b>	<b>О Л Д Н И К</b>						
1 -я	Кисломолочн	200	5.8	5	8	101	470 / 21
<b>День</b>	Котлеты мор	110 / 25	3.42	3.60	15.58	96.23	152 / 17
	/ соус яблочный						337/17
3 -й	Хлеб пш. (ба	32	1.232	0.608	16.448	72.35	Пром.пр.
<b>итога за полдник</b>		<b>367</b>	<b>10.45</b>	<b>9.208</b>	<b>40.03</b>	<b>269.586</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>2.41 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - )			1.61	0.01	0.45	-0.09	

<b>итога за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>51.77</b>	<b>54.87</b>	<b>230.46</b>	<b>1629.43</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>2.57 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - )			-2.48	-0.36	0.17	-0.09	

<b>ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>40.78</b>	<b>43.11</b>	<b>170.86</b>	<b>1221.49</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>2.51 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - )			0.31	1.86	-0.39	-0.09	

<b>итога за ЗАВТРАК - ОБЕД - ПОЛДНИК</b>		<b>62.22</b>	<b>64.08</b>	<b>270.49</b>	<b>1899.02</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>4.98 ккал</b>
отклонение от нормы ( + / - )			-0.87	-0.35	0.62	-0.18	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_\_ г.г.

### 1-я неделя

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>		<b>ЗАВТРАК</b>						
1 -я	Овощи консерв. порциями (капуста квашеная)	60	1.03	3.00	5.08	51.42	149 / 21	
	Плов	205	10.13	18.056	30.48	352.99	265 / 17	
<b>День</b>	Компот из пл	200	0.3	0.01	17.50	72.00	494 / 21	
	Хлеб пшенич	50	1.93	0.69	27.1	122.29	Пром.пр.	
4 -й	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43	Пром.пр.	
<b>итога за завтрак</b>		<b>555</b>	<b>15.64</b>	<b>22.359</b>	<b>96.90</b>	<b>680.12</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>-0.12 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			-7.62	-0.70	0.30	0.00		
<b>неделя</b>		<b>ОБЕД</b>						
1 -я	Икра морковн	60	0.84	2.28	3.9	39.60	54 / 21	
	Суп картофе	250	4.25	4.82	15.69	123.14	ТТК/115 / 21	

<b>День</b>  <b>4 -й</b>	Котлеты "Пе	100	16.826	13.812	12.751	242.50		341 / 21
	Картофель в	180	3.924	6.936	27.600	178.34		127 / 17
	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	86.00		501/ 21
	Хлеб пшенич	60	2.31	0.82	32.52	146.75		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
	Флоды свежи	120	0.48	0.48	11.76	53.28		338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>1010</b>	<b>31.89</b>	<b>29.948</b>	<b>141.161</b>	<b>951.043</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>0.96</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			0.43	-2.45	1.86	-0.04		
<b>неделя</b>	<b>О Л Д Н И К</b>							
<b>День</b> <b>4 -й</b>	1 -я Чай с лимоном	200	0.4	0	6.75	28.60		54-3гн/22
	Рыба запечё	115	0.805	3.335	9.78	117.30		301 /21
	Кондитерские	20	1.14	3.29	8.55	70.03		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.70	0.45	12.56	61.07		Пром.пр.
<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>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>-5.00</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-5.51	-2.31	-0.17	0.18		

<b>итого за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>47.53</b>	<b>52.31</b>	<b>238.06</b>	<b>1631.17</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>0.83</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-7.18	-3.14	2.16	-0.03		

<b>итого ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>35.93</b>	<b>37.02</b>	<b>178.79</b>	<b>1228.04</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>-4.04</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-5.08	-4.76	1.68	0.15		

<b>итого ЗАВТРАК - ОБЕД - ПОЛДНИК</b>			<b>51.57</b>	<b>59.38</b>	<b>275.69</b>	<b>1908.16</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>-4.16</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			-12.70	-5.46	1.98	0.15		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

### 1-я неделя

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
<b>День</b> <b>5 -й</b>	1 -я Овощи натур	60	0.48	0.06	1.02	6.60		70/ 17
	Шницель рыб	120	9.93	13.99	7.25	208.04		235 / 17
	Картофель за	180	6.58	12.01	26.66	216.01		181 / 21
	Кисель из со	200	0.727	0.11	32.68	134.63		ТТК/485/21
	Хлеб пшенич	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.

	Хлеб ржаной	20	1.13	0.3	8.373	40.71		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>20.00</b>	<b>26.883</b>	<b>92.23</b>	<b>679.37</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>0.63</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			<b>-2.78</b>	<b>4.22</b>	<b>-0.92</b>	<b>-0.02</b>		
<b>неделя</b> <b>1 -я</b> <b>День</b> <b>5 -й</b>	<b>О Б Е Д</b>							
	Кукуруза саха	60	1.2	0.2	6.1	31.3		54-21з/22
	Суп с крупой	250	8.848	10.448	10.44	171.01		126 /21
	Макаронь от	190	7.577	11.8861	25.85	172.31		204 /17
	Сырники из	120	8.96	6.36	21.48	218.40		286 /21
	Какао с моло	200	6.27	5.02	18.31	142.51		502 /21
	Хлеб пшенич	35	1.35	0.48	18.97	85.60		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
Фрукты свеж	105	0.95	0.21	12.82	56.97		82 / 21	
<b>итого за обед</b>		<b>990</b>	<b>36.30</b>	<b>35.020</b>	<b>130.24</b>	<b>951.483</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>0.52</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			<b>5.34</b>	<b>3.07</b>	<b>-1.00</b>	<b>-0.02</b>		
<b>неделя</b> <b>1 -я</b> <b>День</b> <b>5 -й</b>	<b>О Л Д Н И К</b>							
	Кисломолочн	200	5.8	5	8	101		470 / 21
	Зразы карт	100 / 20	3.133	6.223	7.604	98.66		150 / 17
	Хлеб пшенич	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
<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>отклонение</b>	<b>( + / - )</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>-1.04</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>			<b>1.21</b>	<b>2.65</b>	<b>-1.68</b>	<b>0.04</b>		

<b>итого за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>56.30</b>	<b>61.90</b>	<b>222.47</b>	<b>1630.85</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</b>
<b>Норма по СанПин</b>	<b>60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1.15</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>		<b>2.56</b>	<b>7.29</b>	<b>-1.91</b>	<b>-0.04</b>	

<b>итого ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>46.39</b>	<b>46.66</b>	<b>162.10</b>	<b>1224.52</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</b>
<b>Норма по СанПин</b>	<b>45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>-0.52</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>		<b>6.55</b>	<b>5.71</b>	<b>-2.68</b>	<b>0.02</b>	

<b>итого завтрак - обед - полдник</b>	<b>66.39</b>	<b>73.54</b>	<b>254.33</b>	<b>1903.89</b>	<b>отклонение</b>	<b>( + / - )</b>
<b>Норма по СанПин</b>	<b>70%</b>	<b>63.00</b>	<b>64.40</b>	<b>268.10</b>	<b>0.11</b>	<b>ккал</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - )</b>		<b>3.77</b>	<b>9.93</b>	<b>-3.59</b>	<b>0.00</b>	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

Возрастная категория: 12 л	Пищевые вещества ( г )	Энергети-	Отклонение от
----------------------------	------------------------	-----------	---------------

меню завтраки 10-ти 1 -я неделя			белки Б	жиры Ж	углеводы У	энергетическая ценность	нормы в ( г ) ( + / - )	
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22.50	23.00	95.75	680.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			22.50	23.00	95.75	680.00	энергетическая ценность	
Отклонение от нормы ( + / - ) %			0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: 12 лет меню обеда 10-ти 1 -я неделя			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	31.50	32.20	134.05	952.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			31.50	32.20	134.05	952.00	энергетическая ценность	
Отклонение от нормы ( + / - ) %			0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: 12 лет меню -полдники 10-ти 1 -я неделя			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ПОЛДНИК	10%	9.00	9.20	38.30	272.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			9.00	9.20	38.30	272.00	энергетическая ценность	
Отклонение от нормы ( + / - ) %			0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: 12 лет меню завтраки - обеда 1 -я неделя			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И О	60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			54.00	55.20	229.80	1632.00	энергетическая ценность	
Отклонение от нормы ( + / - ) %			0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: 12 лет меню обеда-полдника 1 -я неделя			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ОБЕД И ПОЛД	45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			40.50	41.40	172.35	1224.00	энергетическая ценность	
Отклонение от нормы ( + / - ) %			0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Возрастная категория: ЕДИНОЕ	Пищевые вещества ( г )	Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )
------------------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------------------



меню завтраки - обеды-полдник			белки	жиры	углеводы	калорийная	нормы	в ( г )
1 - я неделя			Б	Ж	У	ценность	( + / - )	
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ОБЕДЫ И	70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	углеводы	0.00
Среднее за 5 дней (фактически)			63.00	64.40	268.10	1904.00	энергетическая ценность	
отклонение от нормы ( + / - )			0.00	0.00	0.00	0.00	ккал	0.00

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 6 -й	Горошек зел	60	1.7	0.1	3.5	22.10		54-20з/22
	Омлет натур	120 / 80	3.079	10.672	12.961	160.21		210 / 17
	(сложный гарнир)		7.2	5.32	2.08	85.20		329/21
	Кофейный на	200	5.644	5.028	15.334	129.324		54-23гн/22
	Хлеб пшенич	70	2.50	0.90	35.23	158.98		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
	Фрукты свежи	100	0.4	0.40	9.8	47.00		338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>670</b>	<b>22.79</b>	<b>23.015</b>	<b>95.65</b>	<b>684.237</b>	отклонение ( + / - )	
<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>-4.24 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			0.32	0.02	-0.03	0.16		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 6 -й	Овощи консерв	60	1.03	3.00	5.08	51.42		149 / 21
	порциями (капуста квашеная)							
	Суп с макарон	250	2.869	3.52	18.88	119.48		ТТК/129 / 21
	Биточки рыб	120	16.62	15.98	11.84	257.65		234/17
	Рагу из овощ	180	3.42	7.74	16.83	153.00		177 /21
	Сок фруктовый	200	1	0	25.4	105.60		501 / 21
	Хлеб пшенич	70	2.50	0.90	35.23	158.98		Пром.пр.
Хлеб ржаной	50	2.83	0.75	20.934	101.78		Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>30.27</b>	<b>31.884</b>	<b>134.19</b>	<b>947.915</b>	отклонение ( + / - )	
<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>4.08 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			-1.37	-0.34	0.04	-0.15		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 6 -й	Компот из пл	200	0.3	0.01	14.76	61.11		494 / 21
	Котлеты из о	120	4.93	8.49	11.53	142.24		187 / 21
	Хлеб пшенич	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>6.39</b>	<b>8.913</b>	<b>42.54</b>	<b>276.725</b>	отклонение ( + / - )	
<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>-4.73</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			-2.90	-0.31	1.11	0.17		

Завтрак - ОБЕД	53.05	54.90	229.84	1632.15	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин 60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	-0.15 ккал
отклонение от нормы (+ / -)	-1.05	-0.33	0.01	0.01	

ОБЕД И ПОЛДНИК	36.65	40.80	176.73	1224.64	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин 45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	-0.64 ккал
отклонение от нормы (+ / -)	-4.27	-0.66	1.14	0.02	

Завтрак - обед - полдник	59.44	63.81	272.38	1908.88	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	-4.88 ккал
отклонение от нормы (+ / -)	-3.96	-0.64	1.12	0.18	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Икра свекол	60	1.3	4.2	6.8	71.40		54-15з/22
	Жаркое по - д	205	15.788	17.078	21.151	298.46		259/17
	Компот из см	200	0.6	0.1	20.10	80.77		495 / 21
День 7 -й	Хлеб пшенич	60	2.31	0.82	32.52	146.75		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>565</b>	<b>22.23</b>	<b>22.798</b>	<b>97.34</b>	<b>678.800</b>	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин 25%		22.50	23.00	95.75	680.00	1.20 ккал		
отклонение от нормы (+ / -)		-0.30	-0.22	0.41	-0.04			
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Маринад ов	60	0.75	5.325	5.85	74.63		54-23з/22
	Щи из свежей	250	1.3	4.425	3.45	59.00		103 / 21
	Плов из птиц	210	18.037	10.924	38.014	324.52		291 / 17
День 7 -й	Чай с молоком	200	3.1	2.2	10.95	75.70		460/21
	Кондитерские	50	2.82	4.19	23.03	141.08		Пром.пр.
	Хлеб пшенич	70	2.50	0.90	35.23	158.98		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
	Фрукты свеж	100	0.34	0.34	8.4	40.290		82/ 21
<b>итого за обед</b>		<b>980</b>	<b>31.11</b>	<b>28.896</b>	<b>141.66</b>	<b>955.623</b>	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин 35%		31.50	32.20	134.05	952.00	-3.62 ккал		
отклонение от нормы (+ / -)		-0.43	-3.59	1.99	0.13			

неделя	О Л Д Н И К							
2 -я	Кисломолочн	200	5.8	5	8	101.00		470 / 21
День	Котлеты ка	110 / 20	2.453	4.72	17.00	120.79		149 / 17
День	творогом / и соус молочный							327/17
7 -й	Хлеб пш. (ба	20	0.77	0.38	10.28	45.22		Пром.пр.
итого за полдник		<b>350</b>	<b>9.02</b>	<b>10.100</b>	<b>35.28</b>	<b>267.012</b>	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9.00</b>	<b>9.20</b>	<b>38.30</b>	<b>272.00</b>	4.99 ккал	
отклонение от нормы ( + / - )			0.03	0.98	-0.79	-0.18		

: за ЗАВТРАК - ОБЕД			53.34	51.69	239.00	1634.42	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1632.00</b>	-2.42 ккал	
отклонение от нормы ( + / - )			-0.73	-3.81	2.40	0.09		

ОБЕД И ПОЛДНИК			40.13	39.00	176.95	1222.64	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>1224.00</b>	1.37 ккал	
отклонение от нормы ( + / - )			-0.41	-2.61	1.20	-0.05		

рак - обед - полдник			62.37	61.79	274.28	1901.44	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>63.00</b>	<b>64.40</b>	<b>268.10</b>	<b>1904.00</b>	2.56 ккал	
отклонение от нормы ( + / - )			-0.70	-2.83	1.61	-0.09		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 8 -й	Каша манная	230	8.597	8.944	30.810	231.12		230/21
	Масло (порц	10	0.08	7.25	0.13	66.09		14 / 17
	Какао с моло	200	6.20	4.98	15.54	130.88		462 / 21
	Хлеб пшенич	50	1.93	0.69	27.1	122.29		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
	Фрукты свеж	100	0.781	0.15	12.21	53.282		82 / 21
итого за завтрак		<b>620</b>	<b>18.74</b>	<b>22.427</b>	<b>102.05</b>	<b>677.047</b>	отклонение ( + / - )	
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22.50</b>	<b>23.00</b>	<b>95.75</b>	<b>680.00</b>	2.95 ккал	
отклонение от нормы ( + / - )			-4.18	-0.62	1.64	-0.11		
<b>ОБЕД</b>								

2 -я День 8 -й	Овощи натур	60	0.67	0.06	2.1	11.63		70/ 17
	Суп гороховь	250	5.1	2.78	18.2	118.23		54-25с/22
	Тефтели. Бе.	120	17.36	6.56	11.44	174.40		288/21
	Капуста туш	110 / 70	2.127	19.06	5.40	201.61		321 /17
	Каша вязкая (пшеничная)		1.87	1.98	11.46	71.12		303/17
	Кисель из со	200	0.727	0.11	32.68	134.63		ТТК/485/21
	Хлеб пшенич	70	2.50	0.90	35.23	158.98		Пром.пр.
Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>920</b>	<b>32.62</b>	<b>32.045</b>	<b>133.25</b>	<b>952.031</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>		<b>31.50</b>	<b>32.20</b>	<b>134.05</b>	<b>952.00</b>	<b>-0.03 ккал</b>		
отклонение от нормы ( + /		1.24	-0.17	-0.21	0.00			
<b>неделя</b>	<b>О Л Д Н И К</b>							
2 -я День	Сок фруктов	200	1	0.2	20.2	86.00		501 /21
	Котлета шко	105 / 20	6.80	9.06	6.821	113.20		347/21
8 -й	Хлеб ржаной	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>8.95</b>	<b>9.672</b>	<b>43.28</b>	<b>272.572</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 10%</b>		<b>9.00</b>	<b>9.20</b>	<b>38.30</b>	<b>272.00</b>	<b>-0.57 ккал</b>		
отклонение от нормы ( + /		-0.06	0.51	1.30	0.02			

<b>итого за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>51.36</b>	<b>54.47</b>	<b>235.29</b>	<b>1629.08</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1632.00</b>	<b>2.92 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + /	-2.93	-0.79	1.43	-0.11		

<b>итого ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>41.57</b>	<b>41.72</b>	<b>176.53</b>	<b>1224.60</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>1224.00</b>	<b>-0.60 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + /	1.19	0.34	1.09	0.02		

<b>итого ЗАВТРАК - ОБЕД - ПОЛДНИК</b>	<b>60.31</b>	<b>64.14</b>	<b>278.58</b>	<b>1901.65</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63.00</b>	<b>64.40</b>	<b>268.10</b>	<b>1904.00</b>	<b>2.35 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + /	-2.99	-0.28	2.73	-0.09		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
2 -я День	Икра кабачко	60	1.14	5.34	4.62	70.80	150 / 21	
	(сложный гарнир)	150 / 40	5.55	4.950	29.55	184.50	256 / 21	
	отварные и / Овощи при		0.56	1.051	2.75	22.72	136/ 17	

<b>9-й</b>	Печень по-с	120	12.68	13.59	14.59	204.13		255 / 17
	чай с лимоном	200	0.4	0	6.75	28.60		54-3гн/22
	Хлеб пшенич	40	1.54	0.55	21.68	97.83		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
<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>отклонение ( + / - )</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>-1.95 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			0.58	3.15	0.12	0.07		
<b>неделя</b> <b>2 -я</b> <b>День</b> <b>9-й</b>	<b>О Б Е Д</b>							
	Кукуруза сахар	60	1.2	0.2	6.1	31.30		54-21з/22
	Суп из овощей	250	2	4.525	6.325	74.00		116/21
	Котлеты домашн	100	10.69	10.68	25.25	239.89		271 / 17
	Омлет с отвар	180	12.42	15.48	12.78	241.20		276/21
	Компот из см	200	0.5	0.00	19.80	81.00		54-1хн/22
	Хлеб пшенич	60	2.31	0.82	32.52	146.75		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
Флоды свежих	120	0.48	0.48	11.76	53.28		338 / 17	
<b>итого за обед</b>		<b>1010</b>	<b>31.86</b>	<b>32.787</b>	<b>131.27</b>	<b>948.842</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>3.16 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			0.40	0.64	-0.73	-0.12		
<b>неделя</b> <b>2 -я</b> <b>День</b> <b>9-й</b>	<b>О Л Д Н И К</b>							
	Кисломолочн	200	5.8	5	8	101.00		470 / 21
	Биточек рисо	110 / 20	1.925	2.235	17.942	101.58		193/ 17
	Хлеб пш. (ба	30	1.115	0.57	15.42	67.83		Пром.пр.
<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>отклонение ( + / - )</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>1.59 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			-0.18	-1.52	0.80	-0.06		

<b>итого за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>54.89</b>	<b>58.68</b>	<b>227.47</b>	<b>1630.80</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин</b>	<b>60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1.20 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )		0.98	3.78	-0.61	-0.04	

<b>итого ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>40.70</b>	<b>40.59</b>	<b>172.63</b>	<b>1219.26</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>	
отклонение от нормы ( + / - )		0.22	-0.88	0.07	-0.17	

<b>итого ЗАВТРАК - ОБЕД - ПОЛДНИК</b>	<b>63.73</b>	<b>66.49</b>	<b>268.83</b>	<b>1901.21</b>	<b>отклонение ( + / - )</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>	
отклонение от нормы ( + / - )		0.81	2.27	0.19	-0.10	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон :

З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Икра морского	60	1.2	4.2	6.0	67.95		54-12з/22
	Рагу из птицы	235	18.94	15.05	12.06	295.84		289/17
	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	86.00		501/ 21
	Хлеб пшеничный	60	2.31	0.82	32.52	146.75		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>595</b>	<b>25.71</b>	<b>20.866</b>	<b>87.52</b>	<b>677.962</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 25%</b>			<b>22.50</b>	<b>23.00</b>	<b>95.75</b>	<b>680.00</b>	<b>2.04 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			3.57	-2.32	-2.15	-0.07		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Маринад овощной	60	0.576	5.436	4.68	69.96		434/21
	Борщ с капустой	250	1.85	4.425	6.950	75.00		95 / 21
	Котлета рыбная	120	13.893	12.934	11.271	205.68		308/21
	Каша вязкая	180	5.02	6.01	28.73	189.00		303/17
	Кофейный напиток	200	5.20	4.75	17.88	135.25		465 / 21
	Хлеб пшеничный	70	2.50	0.90	35.23	158.98		Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	2.26	0.6	16.74	81.43		Пром.пр.
	Фрукты свежие	100	0.34	0.34	8.4	40.290		82/ 21
<b>итого за обед</b>		<b>1020</b>	<b>31.65</b>	<b>35.388</b>	<b>129.88</b>	<b>955.589</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 35%</b>			<b>31.50</b>	<b>32.20</b>	<b>134.05</b>	<b>952.00</b>	<b>-3.59 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			0.16	3.47	-1.09	0.13		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Чай с яблоком	200	0.48	0.1	8.17	34.90		ТТК/54-20гн/22
	Оладьи из пшеничной муки по -кунцевски и /соус сметанный	100 /20	10.16	9.01	4.60	165.00		ТТК/357 / 21
	Хлеб ржаной	30	1.16	0.41	16.26	73.38		Пром.пр.
	<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>отклонение ( + / - )</b>
<b>Норма по СанПин 10%</b>			<b>9.00</b>	<b>9.20</b>	<b>38.30</b>	<b>272.00</b>	<b>-1.28 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )			3.11	0.34	-2.42	0.05		

<b>итого за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>57.36</b>	<b>56.25</b>	<b>217.40</b>	<b>1633.55</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1632.00</b>	<b>-1.55 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )	3.73	1.15	-3.24	0.06		

<b>ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>43.45</b>	<b>44.90</b>	<b>158.91</b>	<b>1228.87</b>	<b>отклонение ( + / - )</b>	
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>1224.00</b>	<b>-4.87 ккал</b>	
отклонение от нормы ( + / - )	3.27	3.80	-3.51	0.18		

завтрак - обед - полдник	69.16	65.76	246.43	1906.83	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин 70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	-2.83 ккал	
отклонение от нормы (+ / -)	6.84	1.48	-5.66	0.10		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: Сезон : З И М А - В Е С Н А 2023 - \_\_\_ г.г.

### 2 - я неделя

Возрастная категория: 12 меню завтраки 10- 2 - я неделя	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) (+ / -)	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00
Суточная : 100%	90	92.0	383	2720	жиры	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20					углеводы	0.00
<b>12 - 18 л</b>   АВТРАКИ   <b>25%</b>	<b>22.50</b>	<b>23.00</b>	<b>95.75</b>	<b>680.00</b>	энерг-я ценность	
Среднее за 5 дней (фактически)	22.50	23.00	95.75	680.00	ккал	0.00
отклонение от нормы (+ / -) %	0.000	0.000	0.000	0.000		

Возрастная категория: 12 меню обеда 10-тидне 2 - я неделя	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) (+ / -)	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00
Суточная : 100%	90	92.0	383	2720	жиры	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20					углеводы	0.00
<b>12 - 18 л</b>   ОБЕДЫ   <b>35%</b>	<b>31.50</b>	<b>32.20</b>	<b>134.05</b>	<b>952.00</b>	энерг-я ценность	
Среднее за 5 дней (фактически)	31.50	32.20	134.05	952.00	ккал	0.00
отклонение от нормы (+ / -) %	0.000	0.000	0.000	0.000		

Возрастная категория: 12 меню -полдни 10-тидне 2 - я неделя	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) (+ / -)	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00
Суточная : 100%	90	92.0	383	2720	жиры	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20					углеводы	0.00
<b>12 - 18 л</b>   ПОЛДНИК   <b>10%</b>	<b>9.00</b>	<b>9.20</b>	<b>38.30</b>	<b>272.00</b>	энерг-я ценность	
Среднее за 5 дней (фактически)	9.00	9.20	38.30	272.00	ккал	0.00
отклонение от нормы (+ / -) %	0.000	0.000	0.000	0.000		

Возрастная категория: 12 меню завтраки - обе 2 - я неделя	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) (+ / -)	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	0.00
Суточная : 100%	90	92.0	383	2720	жиры	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20					углеводы	0.00
<b>12 - 18 л</b>   ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ   <b>60%</b>	<b>54.00</b>	<b>55.20</b>	<b>229.80</b>	<b>1632.00</b>	энерг-я ценность	
Среднее за 5 дней (фактически)	54.00	55.20	229.80	1632.00		
отклонение от нормы (+ / -) %	0.000	0.000	0.000	0.000		

Отклонение от нормы ( + / - )	%	0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00
-------------------------------	---	-------	-------	-------	-------	------	------

Возрастная категория: 12 меню обеда-полдника 2 - я неделя	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная : 100% СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20	90	92.0	383	2720	0.00	0.00
<b>12 - 18 л</b>   <b>ОБЕД</b>   <b>45%</b>	<b>40.50</b>	<b>41.40</b>	<b>172.35</b>	<b>1224.00</b>	0.00	0.00
<b>Среднее за 5 дней (фактически)</b>	40.50	41.40	172.35	1224.00	<b>энерг-я ценность</b>	
Отклонение от нормы ( + / - )	%	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: ЕДИНОЕ меню завтраки - обеда-полдника 2 - я неделя	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная : 100% СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20	90	92.0	383	2720	0.00	0.00
<b>12 - 18 л</b>   <b>ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ</b>   <b>70%</b>	<b>63.00</b>	<b>64.40</b>	<b>268.10</b>	<b>1904.00</b>	0.00	0.00
<b>Среднее за 5 дней (фактически)</b>	63.00	64.40	268.10	1904.00	<b>энерг-я ценность</b>	
Отклонение от нормы ( + / - )	%	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

1 - я - 2-я Россия Краснодарский край

**10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ  
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

Возрастная категория: 12. Сезон : ЗИМА - ВЕСНА 2023 - \_\_\_\_ г.г.

Возрастная категория: 12 меню завтрака 10-	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная : 100% СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20	90	92.0	383	2720	0.00	0.00
<b>12 - 18 л</b>   <b>ЗАВТРАКИ</b>   <b>25%</b>	<b>22.50</b>	<b>23.00</b>	<b>95.75</b>	<b>680.00</b>	0.00	0.00
<b>Среднее за 10 дней (фактически)</b>	22.50	23.00	95.75	680.00	<b>энерг-я ценность</b>	
Отклонение от нормы ( + / - )	%	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: 12 меню обеда 10-ти	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры
Суточная : 100% СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20	90	92.0	383	2720	0.00	0.00
<b>12 - 18 л</b>   <b>ОБЕДЫ</b>   <b>35%</b>	<b>31.50</b>	<b>32.20</b>	<b>134.05</b>	<b>952.00</b>	0.00	0.00
<b>Среднее за 10 дней (фактически)</b>	31.50	32.20	134.05	952.00	<b>энерг-я ценность</b>	
Отклонение от нормы ( + / - )	%	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: 12 меню -полдники 10-	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г ) ( + / - )	
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры



Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	ОЛДНИК	10%	9.00	9.20	38.30	272.00	углеводы	0.00
Среднее за 10 дней (фактически)			9.00	9.20	38.30	272.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы ( + / - )			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: 12			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г )	
меню завтраки - обе			белки	жиры	углеводы		( + / - )	
			Б	Ж	У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	РАКИ И О	60%	54.00	55.20	229.80	1632.00	углеводы	0.00
Среднее за 10 дней (фактически)			54.00	55.20	229.80	1632.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы ( + / - )			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: 12			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г )	
меню обеда-полдн			белки	жиры	углеводы		( + / - )	
			Б	Ж	У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	Ы И ПОЛД	45%	40.50	41.40	172.35	1224.00	углеводы	0.00
Среднее за 10 дней (фактически)			40.50	41.40	172.35	1224.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы ( + / - )			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

Возрастная категория: 12			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в ( г )	
меню завтраки - обеды - полд			белки	жиры	углеводы		( + / - )	
зима-весна 2023 -			Б	Ж	У			
Суточная : 100%			90	92.0	383	2720	белки	0.00
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0.00
12 - 18 л	РАКИ И О	70%	63.00	64.40	268.10	1904.00	углеводы	0.00
Среднее за 10 дней (фактически)			63.00	64.40	268.10	1904.00	энерг-я ценность	
отклонение от нормы ( + / - )			0.000	0.000	0.000	0.000	ккал	0.00

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. - 5
- 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.-410с.



































