

УТВЕРЖДАЮ

Директор ТМК ОУ «Дудинская гимназия»



В.О. Федорова

В.О.
« 23 » июля

2021 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В ТАЙМЫРСКОМ МУНИЦИПАЛЬНОМ КАЗЕННОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДУДИНСКАЯ ГИМНАЗИЯ»
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, ТАЙМЫРСКИЙ ДОЛГАНО-НЕНЕЦКИЙ РАЙОН,
Г. ДУДИНКА, УЛ. ГОРЬКОГО, ДОМ 47-А)**

Разработано
Некоммерческой организацией
"Фонд санитарно-эпидемиологического
благополучия Красноярского края"
" " 20 г. Регистр № 05/13.М 2021 г.
Полное или частичное копирование для исполь-
зования третьими лицами без разрешения
разработчика запрещено

г. Дудинка

2021 г.

ВВЕДЕНИЕ

Меню разработано для организации питания детей в общеобразовательном учреждении, для детей с 7-18 лет.

Настоящее меню рассчитано на 2-кратный прием пищи – завтрак, обед.

Меню разработано на основании:

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

-Химический состав российских продуктов: Справочник / Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 г;

-Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г;

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г;

-Сборник технологических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 1996 г., под ред. В. Т. Лапшиной;

-Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г;

-Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.:ДеЛи принт, 2011 г;

-Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организации и детских оздоровительных учреждений / Под общ.ред. профессора А.Я. Перевалова. – Уральский региональный центр питания, 2013 г;

-Стандарт оказания услуги по обеспечению горячим питанием обучающихся общеобразовательных организаций Красноярского края, 2021 г.

Частично произведена замена продуктов питания по таблице взаимозаменяемости: творог на мясо птицы, яйцо на сыр, молоко на мясо говядины.

Технологические (техничко-технологические) карты приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей указаны в приложении 1.

В технологических картах указаны № рецептуры и наименование блюда согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий

Дети 7-11 лет

Дети 12 лет и старше

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше							
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	День 1					Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	День 1				
		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)				Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У						Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							Завтрак							
92	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	8,31	8,13	39,45	265,33	1	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	8,31	8,13	39,45	265,33	
2	Какао с молоком	200	5,13	4,30	14,87	120,00	2	Какао с молоком	200	5,13	4,30	14,87	120,00	
38	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	3	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	
ГП	Кондитерские изделия	20	0,56	0,66	15,46	70,80	ГП	Кондитерские изделия	30	0,84	0,99	23,19	106,20	
70	Сыр (порциями)	20	2,27	4,60	0,52	60,00	70	Сыр (порциями)	25	2,84	5,75	0,65	75,00	
ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,00	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,00	
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,31	7,59	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80	
	Итого	520	24,29	22,84	85,03	656,73		Итого	550	26,34	24,55	98,58	738,33	
Обед							Обед							
87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00	87	Салат из свеклы	100	1,75	5,09	9,51	92,00	
40	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	1,33	22,57	109,00	40	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	1,33	22,57	109,00	
56	Поджарка из рыбы	90	10,98	7,81	4,24	127,00	56	Поджарка из рыбы	120	14,64	10,41	5,65	169,33	
105	Пюре картофельное	150	3,08	5,87	17,97	144,17	105	Пюре картофельное	180	3,69	7,04	21,56	173,00	
97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,12	51,00	
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00	
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34	
	Итого	760	28,05	23,89	91,93	705,31		Итого	1140	35,22	30,10	113,64	881,67	
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		52,34	46,73	176,96	1362,04		Итого за день		61,56	54,65	212,22	1620,00	
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		55,68	43,67	52,82	50,84		Процент удовлетворения суточной потребности		57,00	44,07	54,70	52,24	

№ ТК (ТТК)	Наименование б. люда	Дети 7-11 лет					Дети 12 лет и старше								
		День 2					День 2								
		3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		
Б	Ж		У	Б	Ж					У					
		Завтрак					Завтрак								
6	Салат из белокочанной с морковью	капусты					6	Салат из белокочанной с морковью	капусты						
91	Котлеты "Московские"		60	1,00	6,05	5,90	83,00	91	Котлеты "Московские"		120	12,17	13,61	16,57	235,50
88	Соус сметанный с томатами и овощами		100	10,14	11,34	13,81	196,25	88	Соус сметанный с томатом и овощами		20	0,77	1,36	2,70	27,75
11	Макаронные изделия отварные		20	0,77	1,36	2,70	27,75	11	Макаронные изделия отварные		120	4,43	3,32	25,93	145,60
57	Чай с сахаром		100	3,69	2,76	21,61	121,34	57	Чай с сахаром		200	0,00	0,00	7,13	31,00
ГП	Хлеб ржаной		200	0,00	0,00	7,06	30,00	ГП	Хлеб ржаной		25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный		20	1,32	0,24	6,84	36,00	ГП	Хлеб пшеничный		35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого		25	2,00	0,39	9,49	52,00		Итого		580	22,82	25,18	80,06	640,65
			525	18,92	22,14	67,41	546,34								
106	Винегрет овощной		Обед					Обед							
28	Рассольник ленинградский со сметаной	ий со	60	0,96	6,10	4,78	78,00	106	Винегрет овощной		100	1,60	10,17	7,97	130,00
13	Печень говяжья по-строгановски	ановски	255	2,37	3,58	20,51	116,00	28	Рассольник ленинградский со сметаной		255	2,37	3,58	20,51	116,00
41	Рис отварной		90	11,22	10,91	0,94	151,00	13	Печень говяжья по-строгановски		120	13,46	13,09	1,13	181,20
25	Сок		150	3,69	5,48	30,04	209,00	41	Рис отварной		180	4,43	6,58	36,05	250,80
36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста		200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт		50	5,29	4,45	17,52	139,00	36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста		70	7,41	6,23	24,53	194,60
ГП	Хлеб ржаной		200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт		200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб пшеничный		15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной		20	1,32	0,24	6,84	36,00
	Итого		35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный		40	3,20	0,60	15,16	85,87
			1055	34,12	36,43	121,79	968,94		Итого		1185	40,59	45,69	141,79	1168,27
	Итого за день			Б	Ж	У	Эн/ц					Б	Ж	У	Эн/ц
	Суточная потребность			53,04	58,57	189,20	1515,28		Итого за день			63,41	70,87	221,85	1808,92
	Процент удовлетворения суточной потребности			94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность			108,00	124,00	388,00	3101,00
				56,43	54,74	56,48	56,56		Процент удовлетворения суточной потребности			58,71	57,15	57,18	58,33

День 3							День 3						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00	87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	70	9,15	1,20	0,85	50,27	51	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	14,38	1,89	1,33	79,00
7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36	7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
	Итого	715	22,95	15,69	68,12	497,43		Итого	775	29,64	16,65	75,81	564,96
Обед							Обед						
107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	60	1,86	0,12	3,90	24,00	107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00	22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00
74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75	74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75
103	Каша перловая рассыпчатая	150	4,41	4,10	31,53	179,00	103	Каша перловая рассыпчатая	180	5,29	4,92	37,84	214,80
98	Компот из сухофруктов	200	0,99	0,00	30,05	130,00	98	Компот из сухофруктов	200	1,32	0,00	38,74	167,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	1005	28,74	27,14	128,33	904,89		Итого	1095	32,72	28,32	153,32	1034,89
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		51,69	42,83	196,45	1402,32		Итого за день		62,36	44,97	229,13	1599,85
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		54,99	40,03	58,64	52,34		Процент удовлетворения суточной потребности		57,74	36,27	59,05	51,59

День 4							День 4						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
99	Томаты в собственном соку или лечо	55	0,39	0,11	2,59	12,10	99	Томаты в собственном соку или лечо	55	0,39	0,11	2,59	12,10
59	Птица отварная (окорочка куриные)	65	13,72	8,84	0,00	137,31	59	Птица отварная (окорочка куриные)	80	16,88	10,88	0,00	169,00
52	Рис припущенный	100	2,40	2,71	23,05	128,67	52	Рис припущенный	120	2,88	3,25	27,66	154,40
79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00	79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	560	20,11	12,78	62,50	458,08		Итого	615	25,21	15,63	74,32	554,30
Обед							Обед						
8	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	8	Салат витаминный	100	1,10	10,10	10,60	138,00
5	Суп картофельный гороховый	250	5,18	2,89	21,36	124,00	5	Суп картофельный гороховый	250	5,18	2,89	21,36	124,00
66,61	Жаркое по-домашнему (или азу)	200	12,71	17,06	15,16	270,00	66,61	Жаркое по-домашнему (или азу)	200	12,71	17,06	15,16	270,00
ГП	Кондитерские изделия	15	0,63	0,74	17,39	79,65	ГП	Кондитерские изделия	25	0,70	0,83	19,33	88,50
97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,12	51,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	785	23,63	27,58	92,14	718,59		Итого	865	26,33	32,11	111,20	850,84
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		43,74	40,36	154,64	1176,67		Итого за день		51,54	47,74	185,52	1405,14
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		46,53	37,72	46,16	43,92		Процент удовлетворения суточной потребности		47,72	38,50	47,81	45,31

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
102	Кукуруза консервированная отварная	40	0,88	0,16	4,48	23,00	102	Кукуруза консервированная отварная	40	0,88	0,16	4,48	23,00
12	Тефтели из говядины с рисом "ежики"	80	9,58	8,66	10,33	156,00	12	Тефтели из говядины с рисом "ежики"	80	9,58	8,66	10,33	156,00
88	Соус сметанный с томатом и овощами	20	0,77	1,36	2,70	27,75	88	Соус сметанный с томатом и овощами	20	0,77	1,36	2,70	27,75
24	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,71	3,90	25,78	160,00	24	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,85	4,68	30,94	192,00
69	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	17,99	75,00	69	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	17,99	75,00
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	580	20,48	15,15	85,70	567,75		Итого	620	23,08	16,20	98,07	638,55
Обед							Обед						
70	Сыр (порциями)	15	1,70	3,45	0,39	45,00	70	Сыр (порциями)	25	2,84	5,75	0,65	75,00
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	185	35,61	15,43	29,94	416,00	31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	205	39,68	17,24	32,97	464,00
97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,12	51,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	840	48,28	25,43	89,44	816,14		Итого	890	55,02	29,82	102,19	944,34
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		68,76	40,58	175,14	1383,89		Итого за день		78,10	46,02	200,26	1582,89
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		73,15	37,93	52,28	51,66		Процент удовлетворения суточной потребности		72,31	37,11	51,61	51,04

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			(ккал)	(ТТК)	Наименование блюда	порции	Б	Ж	У	(ккал)
			Б	Ж	У								
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак													
Завтрак													
68	Каша из хлопьев овсяных Геркулес" жидкая	200	7,07	11,43	29,35	248,00	68	Каша из хлопьев овсяных Геркулес" жидкая	200	7,07	11,43	29,35	248,00
84	Кофейный напиток с молоком	200	5,44	4,40	15,07	119,00	84	Кофейный напиток с молоком	200	5,84	4,60	15,27	121,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,31	7,59	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,31	7,59	41,60
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	90	0,36	0,36	8,82	42,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	90	0,36	0,36	8,82	42,00
36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	5,29	4,45	17,52	139,00	36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	7,41	6,23	24,53	194,60
	Итого	575	20,75	21,13	83,48	616,60		Итого	605	23,93	23,23	94,11	692,20
Обед													
Обед													
107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	60	1,86	0,12	3,90	24,00	107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	100	3,10	0,20	6,50	40,00
33	Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем со сметаной	255	1,96	3,44	8,20	81,00	33	Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем со сметаной	255	1,96	3,44	8,20	81,00
74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75	74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75
111	Макаронные изделия отварные	150	5,54	4,14	32,42	182,01	111	Макаронные изделия отварные	180	6,65	4,97	38,90	218,41
112	Какао с молоком	200	5,21	5,57	17,81	142,00	112	Какао с молоком	200	5,45	5,71	19,91	153,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	825	33,66	32,11	98,28	827,90		Итого	925	38,44	33,56	120,27	950,50
			Б	Ж	У	Эн/ц			Б	Ж	У	Эн/ц	
	Итого за день		54,41	53,24	181,76	1444,50		Итого за день		62,37	56,79	214,38	1642,70
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		57,88	49,76	54,26	53,92		Процент удовлетворения суточной потребности		57,75	45,80	55,25	52,97

День 7							День 7						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	45	0,36	0,05	0,72	5,85	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	0,96	7,80
95	Запеканка из печени с рисом	100	12,70	7,96	10,34	169,00	95	Запеканка из печени с рисом	145	18,42	11,54	14,99	245,05
7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36	7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36
17	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,00	23,36	100,00	17	Компот из сухофруктов	200	0,80	0,00	27,82	120,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	530	19,68	14,25	66,41	493,21		Итого	610	27,12	18,11	82,97	630,01
Обед							Обед						
8	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	8	Салат витаминный	100	1,10	10,10	10,60	138,00
45	Суп-лапша домашняя	250	2,62	2,08	15,41	86,00	45	Суп-лапша домашняя	250	2,62	2,08	15,41	86,00
41	Рис отварной	150	3,69	5,48	30,04	209,00	41	Рис отварной	180	4,43	6,58	36,05	250,80
115	Птица отварная (окорочка куриные)	90	18,99	12,24	0,00	190,13	115	Птица отварная (окорочка куриные)	120	25,32	16,32	0,00	253,50
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	1010	37,21	31,89	103,23	861,87		Итого	1140	46,91	41,51	124,29	1081,44
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		56,89	46,14	169,64	1355,08		Итого за день		74,03	59,62	207,26	1711,45
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		60,52	43,12	50,64	50,58		Процент удовлетворения суточной потребности		68,55	48,08	53,42	55,19

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,90	83,00	6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,90	83,00
19	Плов из птицы	200	12,67	14,02	23,78	271,00	108	Плов из птицы	230	14,57	16,12	27,35	311,65
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
70	Сыр (порциями)	15	1,70	3,45	0,39	45,00	70	Сыр (порциями)	20	2,27	4,60	0,52	60,00
79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00	79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00
	Итого	515	18,57	24,24	57,13	532,00		Итого	570	22,50	27,76	68,04	626,45
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	0,96	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,60	13,00
22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00	22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00
110	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	14,38	1,89	1,33	79,00	110	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	14,38	1,89	1,33	79,00
65	Картофель отварной	150	2,82	5,17	18,98	142,50	65	Картофель отварной	180	3,38	6,20	22,77	171,00
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	1215	31,32	17,23	99,59	696,24		Итого	1315	34,39	18,70	114,83	789,14
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		49,89	41,47	156,72	1228,24		Итого за день		56,89	46,46	182,87	1415,59
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		53,07	38,76	46,78	45,85		Процент удовлетворения суточной потребности		52,68	37,47	47,13	45,65

День 9							День 9						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00	87	Салат из свеклы	100	1,75	5,09	9,51	92,00
29	Гуляш	100	15,79	14,78	2,59	205,00	29	Гуляш	100	15,79	14,78	2,59	205,00
11	Макаронные изделия отварные	100	3,69	2,76	21,61	121,34	11	Макаронные изделия отварные	120	4,43	3,32	25,93	145,60
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,06	30,00	57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,13	31,00
	Итого	500	23,51	21,16	51,56	490,34		Итого	580	24,67	18,94	57,48	499,40
Обед							Обед						
9	Салат яичный	100	5,55	14,65	1,80	162,00	9	Салат яичный	100	5,55	14,65	1,80	162,00
60	Суп с рыбными консервами	250	8,85	3,76	13,58	139,00	60	Суп с рыбными консервами	250	8,85	3,76	13,58	139,00
91	Котлеты "Московские"	100	10,14	11,34	13,81	196,25	91	Котлеты "Московские"	120	12,17	13,61	16,57	235,50
103	Каша перловая рассыпчатая	150	4,41	4,10	31,53	179,00	103	Каша перловая рассыпчатая	180	5,29	4,92	37,84	214,80
114	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	18,78	78,00	114	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	20,78	86,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	860	33,55	34,78	101,32	874,39		Итого	940	38,65	38,27	123,20	1016,64
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		57,06	55,94	152,88	1364,73		Итого за день		63,32	57,21	180,68	1516,04
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		60,70	52,28	45,64	50,94		Процент удовлетворения суточной потребности		58,63	46,14	46,57	48,89

(11К)	Наименование	3	4	5	6	7	1	4					
1	2	Завтрак					Завтрак						
		60	0,96	6,10	4,78	78,00	10	Винегрет овощной	60	0,96	6,10	4,78	78,00
10	Винегрет овощной	60	0,96	6,10	4,78	78,00	10	Винегрет овощной	60	0,96	6,10	4,78	78,00
23	Биточки рыбные	100	13,86	5,30	16,68	156,25	23	Биточки рыбные	100	13,86	5,30	16,68	156,25
7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36	7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
							75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
								Итого	765	29,04	23,11	90,26	665,21
	Итого	545	21,78	17,84	73,45	518,41							
		Обед					Обед						
18	Омлет натуральный	200	13,24	14,42	6,44	207,00	18	Омлет натуральный	200	13,24	14,42	6,44	207,00
70	Сыр (порциями)	15	1,70	3,45	0,39	45,00	70	Сыр (порциями)	25	2,84	5,75	0,65	75,00
90	Масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,32	0,24	129,40	90	Масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,32	0,24	129,40
39	Овощи припущенные	80	1,04	2,48	5,12	48,00	39	Овощи припущенные	80	1,04	2,48	5,12	48,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
113	Кофейный напиток с молоком	200	5,68	5,72	18,10	140,00	113	Кофейный напиток с молоком	200	5,68	5,72	20,10	148,00
ГП	Кондитерские изделия	15	0,63	0,74	17,39	79,65	ГП	Кондитерские изделия	25	0,70	0,83	19,33	88,50
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	790	32,70	46,96	79,10	877,19		Итого	840	36,10	49,75	94,11	983,24
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
			54,48	64,80	152,55	1395,60		Итого за день		65,14	72,86	184,37	1648,45
	Итого за день		54,48	64,80	152,55	1395,60		Итого за день		65,14	72,86	184,37	1648,45
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		57,96	60,56	45,54	52,09		Процент удовлетворения суточной потребности		112,70	58,76	47,52	53,16

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-10 лет

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У	
Итого за 10 дней	542,30	490,66	1705,94	13628,35
Итого за 1 день	54,23	49,07	170,59	1362,84
Суточная потребность	94,00	107,00	335,00	2679,00
Процент удовлетворения суточной потребности	57,69	45,86	50,92	50,87

Примечание: ГП - готовый продукт.

дни	завтрак	обед
норма	20-25%	30-35%
1	24,51	26,33
2	20,39	36,17
3	18,57	33,78
4	17,10	26,82
5	21,19	30,46
итого	101,77	153,56
ср.зн.	20,4	30,7
6	23,02	30,90
7	18,41	32,17
8	19,86	25,99
9	18,30	32,64
10	19,35	32,74
итого	98,94	154,45
ср.зн.	19,8	30,9

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У	
Итого за 10 дней	638,72	557,19	2018,54	15951,03
Итого за 1 день	63,87	55,72	201,85	1595,10
Суточная потребность	108,00	124,00	388,00	3101,00
Процент удовлетворения суточной потребности	59,14	44,93	52,02	51,44

Примечание: ГП - готовый продукт.

дни	завтрак	обед
норма	20-25%	30-35%
1	23,81	28,43
2	20,66	37,67
3	18,22	33,37
4	17,87	27,44
5	20,59	35,80
итого	101,15	162,71
ср.зн.	20,2	32,5
6	22,32	30,65
7	20,32	34,87
8	20,20	25,45
9	16,10	32,78
10	21,45	31,71
итого	100,40	155,46
ср.зн.	20,1	31,1