



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

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

ПЕРИОД: ОСЕНЬ

2024 - \_\_ г.г.

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2024 г.

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ ОТ 14.08.2024Г. №3396/28

Россия Краснодарский край

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

Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон: О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_ г.г.

## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 1 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/22
	Плов из птицы	200	15,33	13,58	37,61	320,67	66	291/17
	Чай с лимоном	200	0,51	0,00	6,81	29,38	82	459 / 21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>19,60</b>	<b>15,022</b>	<b>93,81</b>	<b>575,469</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы + / - %</b>	<b>-3,22</b>	<b>-8,67</b>	<b>-0,51</b>	<b>-3,84</b>		
неделя 1 -я День 1 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Горошек зелёный	100	2,83	0,17	5,83	36,83	5	54-20з/22
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,83	6,22	13,52	121,54	25	100 / 21
	Омлет с сыром и маслом сливочным	220	23,21	34,31	4,11	418,06	49	275/21
	Кофейный напиток с молоком	200	6,17	4,89	22,80	159,53	92	465 / 21
	Кондитерские изделия (мармелад)	22,5	1,92	0,15	29,82	111,61	15	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17	
<b>итого за обед</b>		<b>977,5</b>	<b>39,79</b>	<b>47,302</b>	<b>126,51</b>	<b>1077,360</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы + / - %</b>	<b>9,21</b>	<b>16,42</b>	<b>-1,97</b>	<b>4,61</b>		
неделя 1 -я День 1 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	98	501 / 21
	Голубцы с соусом	120	5,93	9,70	6,00	105,19	61	525 / 22
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>7,53</b>	<b>10,094</b>	<b>47,66</b>	<b>281,75</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы + / - %</b>	<b>-1,63</b>	<b>0,97</b>	<b>2,44</b>	<b>0,36</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>59,39</b>	<b>62,32</b>	<b>220,32</b>	<b>1652,83</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>5,99</b>	<b>7,74</b>	<b>-2,47</b>	<b>0,77</b>

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>47,32</b>	<b>57,40</b>	<b>174,17</b>	<b>1359,11</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>7,57</b>	<b>17,39</b>	<b>0,48</b>	<b>4,97</b>

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>66,92</b>	<b>72,42</b>	<b>267,98</b>	<b>1934,579</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>4,36</b>	<b>8,72</b>	<b>-0,03</b>	<b>1,12</b>

## 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ъ

2024 - \_\_\_ г.г.

## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	6,70	67,99	8	68 / 22
	Тефтели из говядины с соусом	100	8,21	8,55	12,18	158,46	62	546/22
	Картофель по- деревенски с сыром	180	5,39	13,32	29,19	252,28	43	645/22
1 -я День	Какао с молоком и витаминами	190	5,91	4,77	17,99	137,63	90	502 / 21
2 -й	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	21,68	94,61	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>640</b>	<b>22,81</b>	<b>33,836</b>	<b>100,77</b>	<b>773,145</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,34	11,78	1,31	3,42		
<b>ОБЕД</b>								
неделя	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/22
	Суп картофельный с крупой	250	2,78	3,53	9,80	82,00	27	114/21
	Говядина тушёная с капустой	200	22,11	18,82	19,49	335,24	56	500 / 22
1 -я День	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	98	501 / 21
2 -й	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	37,94	165,57	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоки)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>975</b>	<b>30,84</b>	<b>24,698</b>	<b>125,14</b>	<b>847,586</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,73	-8,15	-2,33	-3,84		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя	Кисломолочный напиток (кефир м.д.ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	97	470 / 21
	Котлеты картофельные с творогом	140	4,46	11,43	17,82	179,57	40	149 / 17
2 -й	Хлеб пш. (батон )	20	0,77	0,38	10,28	45,22	16	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>11,03</b>	<b>16,812</b>	<b>36,10</b>	<b>325,793</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,25	8,27	-0,57	1,98		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>53,64</b>	<b>58,53</b>	<b>225,91</b>	<b>1620,73</b>		
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,395	3,624	-1,017	-0,414		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>41,87</b>	<b>41,51</b>	<b>161,24</b>	<b>1173,38</b>		
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,52	0,12	-2,90	-1,86		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>64,87</b>	<b>75,35</b>	<b>262,01</b>	<b>1946,524</b>		
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,86	11,90	-1,59	1,56		

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше      Сезон :      О С Е Н Ь      2024 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - центуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я	Пудинг из творога, запечённый	180	20,42	11,98	39,01	331,65	50	432/22
	и / соус абрикосовый	25	0,45	0,00	7,18	30,52	50	687 /22
3 -й	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	28,20	81	457 / 21
	Кондитерское изделие (печенье)	45	3,85	11,10	30,61	237,73	14	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	99	338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>25,64</b>	<b>23,597</b>	<b>96,14</b>	<b>689,203</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			3,486	0,649	0,102	0,338		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3а/22
	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	1,42	5,04	6,16	75,58	20	93 / 21
День 3 -й	Рыба запечённая	120	20,85	15,06	14,17	277,19	73	444/22
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	42	312 /17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	86	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	37,94	165,57	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	18	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>970</b>	<b>31,35</b>	<b>27,756</b>	<b>128,15</b>	<b>888,968</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,17	-4,83	-1,54	-2,32		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я	Чай фруктовый	200	0,49	0,00	7,63	32,70	83	783 /22
	День 3 -й	Биточек рисовый с морковью и соус шоколадный	100	2,41	6,78	14,00	116,97	35
			25	1,77	1,78	10,00	63,34	35
	Хлеб ржаной	25	1,17	0,41	10,86	51,81	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>5,85</b>	<b>8,968</b>	<b>42,49</b>	<b>264,823</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-3,50	-0,25	1,09	-0,26		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>56,99</b>	<b>51,35</b>	<b>224,29</b>	<b>1578,17</b>
Норма по СанПин			<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			3,32	-4,18	-1,44	-1,98

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>37,20</b>	<b>36,72</b>	<b>170,64</b>	<b>1153,79</b>
Норма по СанПин			<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-3,67	-5,08	-0,45	-2,58

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>62,83</b>	<b>60,32</b>	<b>266,78</b>	<b>1842,994</b>
Норма по СанПин			<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,18	-4,43	-0,35	-2,24

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон : О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_ 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			
неделя 1 -я День 4 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Печень по-строгановски	120	15,29	14,14	7,65	219,01	52	255/17
	Макароны отварные и / овощи консервированные отварные (сложный гарнир)	180	6,55	6,94	26,95	221,86	46	256/21
	Сок фруктовый (яблочный)	25	0,50	0,08	2,54	13,05	46	157/21
	Хлеб пшеничный	200	1,00	0,20	20,20	86,00	98	501 /21
	Хлеб ржаной	50	1,00	0,65	27,1	118,26	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>25,74</b>	<b>22,515</b>	<b>97,47</b>	<b>720,354</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>3,60</b>	<b>-0,53</b>	<b>0,45</b>	<b>1,48</b>		
неделя 1 -я День 4 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	9	53 / 21
	Суп из овощей со сметаной	250	2,12	5,19	6,49	81,08	24	116 /21
	Котлеты школьные	100	17,17	13,31	14,68	247,03	64	347/21
	Каша вязкая (гречневая)	180	0,70	6,01	22,63	147,38	33	303/17
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	96	469 / 21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	18	Пром.пр.	
Фрукты свежие (яблоки)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17	
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>31,24</b>	<b>35,432</b>	<b>125,921</b>	<b>949,376</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-0,29</b>	<b>3,51</b>	<b>-2,12</b>	<b>-0,10</b>		
неделя 1 -я День 4 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисель абрикосовый	200	0,15	0,05	17,40	70,62	87	784/22
	Биточки из печени и /соус молочный	110	8,09	7,71	7,953	122,99	54	478/22
	Хлеб ржаной	10	0,29	0,85	0,20	12,68	54	328/17
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>9,92</b>	<b>9,102</b>	<b>38,59</b>	<b>268,469</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>1,02</b>	<b>-0,11</b>	<b>0,07</b>	<b>-0,13</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>56,98</b>	<b>57,95</b>	<b>223,39</b>	<b>1669,73</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>3,31</b>	<b>2,99</b>	<b>-1,67</b>	<b>1,39</b>

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>41,16</b>	<b>44,53</b>	<b>164,51</b>	<b>1217,85</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>0,74</b>	<b>3,41</b>	<b>-2,05</b>	<b>-0,23</b>

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>66,90</b>	<b>67,05</b>	<b>261,97</b>	<b>1938,20</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>4,33</b>	<b>2,88</b>	<b>-1,60</b>	<b>1,26</b>

## 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - \_\_\_ 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>							
1 -я	Котлета рыбная (минтай)	120	15,43	1,89	9,12	115,16	75	307/21
<b>День</b>	Рагу из овощей	180	3,12	14,19	16,70	176,70	36	334/22
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	98	501 /21
5 -й	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	105	1,58	0,11	12,39	56,51	100	82 / 21
<b>итого за завтрак</b>		<b>685</b>	<b>23,53</b>	<b>17,326</b>	<b>101,74</b>	<b>626,41</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,14	-6,17	1,56	-1,97		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
1 -я	Морковь с яблоком	100	1,00	6,10	7,50	89,00	6	22 / 21
<b>День</b>	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250	8,79	7,48	8,06	136,49	29	117/17
	Сырники из творога	230	19,83	12,61	35,01	335,87	51	437/22
5 -й	и / соус абрикосовый	35	0,91	0,00	15,41	66,05	51	687/22
	Какао с молоком и витаминами	200	6,31	5,05	25,65	172,04	91	502 / 21
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	0,93	0,33	8,69	41,45	18	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>865</b>	<b>38,37</b>	<b>31,956</b>	<b>116,58</b>	<b>911,848</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			7,64	-0,27	-4,56	-1,48		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
1 -я	Чай с лимоном	200	0,51	0,00	6,81	29,38	82	459 / 21
<b>День</b>	Рыба, запечённая с яйцом	140	0,98	4,06	11,90	142,80	74	301 / 21
	Хлеб пшеничный	35	0,70	0,46	17,01	75,29	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>375</b>	<b>2,189</b>	<b>4,515</b>	<b>35,73</b>	<b>247,5</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-7,57	-5,09	-0,67	-0,90		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>61,90</b>	<b>49,28</b>	<b>218,32</b>	<b>1538,26</b>
		<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>1632,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			8,78	-6,43	-3,00

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>40,56</b>	<b>36,47</b>	<b>152,30</b>	<b>1159,32</b>
		<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>1224,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,07	-5,36	-5,23

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>64,09</b>	<b>53,80</b>	<b>254,04</b>	<b>1785,73</b>
		<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,21	-11,53	-3,67

## 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			
неделя 1 -я День 6 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Запеканка капустная	180	2,60	7,30	15,27	169,74	38	162/17
	Котлеты нежные с соусом томатным с овощами	80/20	14,03	9,70	5,60	169,30	70	373/21
	Кисель из кураги	200	1,26	0,14	28,16	117,66	88	784 /22
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	20	0,93	0,33	8,687	41,45	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	99	338 / 17
	<b>итого за завтрак</b>	<b>650</b>	<b>20,47</b>	<b>19,977</b>	<b>95,56</b>	<b>681,353</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-2,26	-3,29	-0,05	0,05		
неделя 1 -я День 6 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/22
	Суп картофельный с макаронами	260	6,36	4,94	18,83	149,02	31	242/22
	Зразы с яйцом	100	8,17	13,05	6,30	177,95	65	532/22
	Овощи запечённые	180	3,29	4,85	12,50	106,87	37	315/22
	Кофейный напиток с молоком	180	5,58	4,48	17,77	133,29	95	465/21
	Оладьи и / соус шоколадный	80	2,99	7,74	10,64	120,74	79	401/17
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>	<b>1025</b>	<b>30,87</b>	<b>37,175</b>	<b>125,06</b>	<b>958,498</b>			
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,71	5,41	-2,35	0,24		
неделя 1 -я День 6 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток (Кефир м.д.ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	100	470 / 21
	Шарлотка с яблоками и /соус абрикосовый	170	4,10	5,45	28,50	185,01	80	527/21
<b>итого за полдник</b>	<b>400</b>	<b>10,10</b>	<b>10,474</b>	<b>40,65</b>	<b>303,612</b>			
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,22	1,38	0,61	1,16		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>51,33</b>	<b>57,15</b>	<b>220,63</b>	<b>1639,85</b>
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	1632,00
отклонение от нормы ( + / - ) %				

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>40,96</b>	<b>47,65</b>	<b>165,71</b>	<b>1262,11</b>
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	1224,00
отклонение от нормы ( + / - ) %				

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>61,43</b>	<b>67,63</b>	<b>261,28</b>	<b>1943,46</b>
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %				

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - \_\_\_ г.г.

## 2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 7 -й	Омлет натуральный и /овоци консервированные отварные (сложный гарнир)	150	13,64	13,53	3,39	188,44	48	268 / 21
	Кофейный напиток с молоком	70	2,00	2,53	3,53	44,67	48	157 / 21
	Хлеб пшеничный	180	5,52	4,38	14,16	117,79	93	54-23гн/22
	Хлеб ржаной	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
		105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>24,65</b>	<b>22,304</b>	<b>81,27</b>	<b>625,057</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,39	-0,76	-3,78	-2,02		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 7 -й	Овощи консервированные (порциями (капуста квашеная))	100	1,58	4,51	8,89	76,76	4	149 / 21
	Суп с клецками	250	3,56	4,59	19,79	134,73	28	108-109/17
	Наггетсы	100	19,01	13,55	11,20	244,95	68	595/22
	Ризотто	180	3,58	11,76	34,91	267,50	34	381/22
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	98	501 /21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	18	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>940</b>	<b>32,27</b>	<b>36,006</b>	<b>152,43</b>	<b>1067,073</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,85	4,14	4,80	4,23		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 7 -й	Чай фруктовый	200	0,49	0,00	7,63	32,70	83	783 /22
	Бутерброд с сыром (сыр твердых сортов хлеб пшеничный)	15	3,50	4,40	0,00	53,80	13	ТТК /3/17
	Кондитерское изделие (печенье)	25	0,50	0,33	13,35	59,13	13	
	Фрукты свежие (банан)	15	1,28	3,70	10,24	79,40	14	Пром.пр.
		100	1,50	0,10	11,80	54,10	100	82 / 21
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>7,28</b>	<b>8,526</b>	<b>43,02</b>	<b>279,132</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-1,91	-0,73	1,23	0,26		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>56,92</b>	<b>58,31</b>	<b>233,70</b>	<b>1692,13</b>
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			3,24	3,38	1,02

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>39,55</b>	<b>44,53</b>	<b>195,45</b>	<b>1346,20</b>
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-1,06	3,40	6,03
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>64,20</b>	<b>66,84</b>	<b>276,72</b>	<b>1971,26</b>
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,33	2,65	2,25



**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении**

Возрастная категория: 12 лет и старше      Сезон:      О С Е Н Ь      2024 - \_\_\_\_ 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	Огурец с капустой	100	1,37	2,70	3,79	45,34	3	52/22
	Рыба тушёная в томате с овощами	120	13,74	4,97	4,14	116,29	72	299/21
День 8 -й	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	42	312 /17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	98	501 /21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>700</b>	<b>22,86</b>	<b>14,874</b>	<b>107,75</b>	<b>656,714</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,39	-8,83	3,13	-0,86		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/22
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	1,42	5,09	3,61	66,08	21	103 / 21
День 8 -й	Макароны с овощами	180	5,82	5,89	38,19	229,08	45	205/17
	Оладьи из печени	120	13,07	16,33	19,84	278,56	53	485/22
	Кофейный напиток с молоком	200	6,17	4,89	22,80	159,53	92	465 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>30,93</b>	<b>34,093</b>	<b>143,04</b>	<b>1005,094</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,63	2,06	2,35	1,95		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Чай с шиповником	200	1,00	0,20	15,4	68,10	84	836 / 22
	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	120	15,20	4,18	12,21	131,02	69	614/22
День 8 -й	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>17,60</b>	<b>4,878</b>	<b>40,65</b>	<b>261,295</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			9,55	-4,70	0,61	-0,39		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>53,79</b>	<b>48,97</b>	<b>250,78</b>	<b>1661,81</b>
Норма по СанПин	<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,24	-6,78	5,48	1,10

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>48,53</b>	<b>38,97</b>	<b>183,68</b>	<b>1266,39</b>
Норма по СанПин	<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	8,92	-2,64	2,96	1,56

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>71,38</b>	<b>53,84</b>	<b>291,43</b>	<b>1923,10</b>
Норма по СанПин	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	9,32	-11,47	6,09	0,70

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

О С Е Н Ь

2024 - \_\_\_\_ г.г.

## 2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	200	4,83	9,01	29,31	217,66	32	236 / 21
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0	107,60	12	54-1з/22
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	11	53-19з/22
	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	28,20	81	457 / 21
	Булочка домашняя	50	3,07	1,80	35,08	172,49	77	992/22
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за завтрак</b>		<b>635</b>	<b>17,69</b>	<b>27,887</b>	<b>98,75</b>	<b>724,301</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-5,34	5,31	0,78	1,63		
2 -я День 9 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/22
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	3,58	14,60	115,75	26	113 /21
	Голубцы ленивые	100	11,00	12,00	4,00	173,00	60	333 /21
	Картофель запечённый в сметанном соусе	180	5,99	11,98	26,41	238,55	44	181/21
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	98	501 /21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>930</b>	<b>28,16</b>	<b>29,19</b>	<b>122,81</b>	<b>871,91</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-3,71	-3,27	-2,94	-2,94		
неделя 2 -я День 9 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток							
	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	97	470/ 21
	Котлеты морковные с творогом	120	5,12	4,32	10,81	103,40	39	152/17
	Хлеб пш. (батон)	30	1,16	0,57	10,95	54,90	16	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>12,08</b>	<b>9,890</b>	<b>29,76</b>	<b>259,295</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			3,42	0,75	-2,23	-0,47		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>45,85</b>	<b>57,08</b>	<b>221,56</b>	<b>1596,21</b>
Норма по СанПин	<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>1632,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-9,06	2,04	-2,15	-1,32

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>40,23</b>	<b>39,08</b>	<b>152,56</b>	<b>1131,21</b>
Норма по СанПин	<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>1224,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,30	-2,52	-5,17	-3,41

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>57,92</b>	<b>66,97</b>	<b>251,32</b>	<b>1855,51</b>
Норма по СанПин	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-5,64	2,79	-4,38	-1,78

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон : О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - центуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	9	53 / 21
День	Азу из говядины с картофелем	200	15,06	17,40	27,00	324,80	57	492/22
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	86	54-1хн/22
10-й	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>19,66</b>	<b>22,270</b>	<b>100,85</b>	<b>681,884</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-3,15	-0,79	1,33	0,07		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,33	2	54-3з/22
	Суп картофельный с макаронами	250	3,05	4,49	14,98	117,21	30	242/22
День	Курица по тайски	200	8,26	9,82	39,43	279,13	67	588/22
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	96	469 / 21
10-й	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,57	7,40	20,48	158,79	14	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
10-й	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	99	338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>985</b>	<b>24,33</b>	<b>29,037</b>	<b>148,00</b>	<b>957,625</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-7,96	-3,44	3,64	0,21		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Кисломолочный напиток							
День	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	97	470/ 21
	Зразы картофельные	120	1,73	3,98	13,97	98,64	41	150/17
10-й	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>8,14</b>	<b>9,372</b>	<b>38,23</b>	<b>270,597</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,96	0,19	-0,02	-0,05		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	43,99	51,31	248,86	1639,51
Норма по СанПин <b>60%</b>	54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-11,12	-4,23	4,98	0,28

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	32,47	38,41	186,23	1228,22
Норма по СанПин <b>45%</b>	40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-8,92	-3,25	3,62	0,16

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	52,13	60,68	287,08	1910,11
Норма по СанПин <b>70%</b>	63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-12,08	-4,04	4,96	0,22

Россия Краснодарский край

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

для учащихся в общеобразовательном учреждении

возрастная категория: 12 лет и старше

2 - я неделя

Сезон: О С Е Н Ь 2024 - г.г.

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	Котлета особая (мясная)	100	15,72	18,40	11,92	276,14	63	269 / 17
	Каша вязкая (гречневая)	180	0,70	6,01	22,63	147,38	33	303/17
День 11 -й	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	96	469 / 21
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>24,82</b>	<b>30,983</b>	<b>89,20</b>	<b>734,609</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		отклонение от нормы (+ / -) %	2,58	8,68	-1,71	2,01		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Капуста с морковью в нарезке*	100	1,88	1,79	7,06	51,99	7	54-31-32з/22
	Свекольник со сметаной	250	2,45	5,39	12,49	100,33	23	98 / 21
День 11 -й	Рагу из овощей	180	3,12	14,19	16,70	176,70	36	334/22
	фишболы	120	15,09	2,91	5,08	128,25	76	471/22
	Кисель витаминный	200	1,25	0,25	46,56	193,35	89	481/21
День 11 -й	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,83	21,72	103,63	18	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)**	100	0,4	0,40	9,8	47,00	99	338 / 17
<b>итого за обед</b>		<b>1060</b>	<b>27,72</b>	<b>26,529</b>	<b>151,93</b>	<b>943,158</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		отклонение от нормы (+ / -) %	-4,20	-6,16	4,67	-0,33		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Кофейный напиток с молоком	190	5,57	4,46	12,22	111,05	94	465 / 21
	Руллет с макаронами и /	110	1,78	5,71	6,97	86,82	58	276/17
День 11 -й	соус сметанный с томатом	20	0,35	1,00	1,40	16,02	58	331/17
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>9,10</b>	<b>11,665</b>	<b>33,62</b>	<b>276,068</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		отклонение от нормы (+ / -) %	0,11	2,68	-1,22	0,15		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>52,54</b>	<b>57,51</b>	<b>241,13</b>	<b>1677,77</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
отклонение от нормы (+ / -) %	-1,62	2,51	2,96	1,68

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>36,82</b>	<b>38,19</b>	<b>185,55</b>	<b>1219,23</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,09	-3,48	3,45	-0,18

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>61,64</b>	<b>69,18</b>	<b>274,75</b>	<b>1953,84</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы (+ / -) %	-1,51	5,19	1,74	1,83

Россия Краснодарский край

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

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_\_ г.г.

1 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ ре - центуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я День 12 -й	<b>ЗАВТРАК</b>								
	Говядина с овощами	200	11,21	11,96	10,54	181,26	55	498/22	
	Оладьи и / соус	60	2,23	7,23	4,72	116,79	78	401/17	
	шоколадный**	20	0,51	0,40	6,38	30,86	78	692 / 22	
	Кофейный напиток с молоком	180	5,52	4,38	14,16	117,79	93	64-23гн/22	
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.	
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.	
	<b>итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>22,55</b>	<b>25,410</b>	<b>85,69</b>	<b>671,499</b>			
	<b>Норма по СанПин 25%</b>			<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
	<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,05	2,62	-2,63	-0,31		
неделя 2 -я День 12 -й	<b>ОБЕД</b>								
	Свекла с яблоком*	100	1,09	1,06	12,70	64,04	10	93/ 22	
	Щи "Новгородские" (со сметаной)	250	1,90	3,06	8,94	70,85	22	287 /22	
	Котлеты нежные	100	18,74	11,96	6,83	209,94	71	373/21	
	Плов с изюмом и /овоци	135	3,39	9,18	22,71	180,59	47	194/17	
	консервированные отварные	45	0,9	0,15	4,575	23,475	47	157/21	
	Сок фруктовый (яблочный)	180	0,90	0,18	18,18	77,40	98	501 /21	
	Кондитерские изделия (мармелад)***	13,5	0,65	0,09	7,42	40,29	15	Пром.пр.	
	Хлеб пшеничный	60	1,20	0,78	32,52	141,91	17	Пром.пр.	
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	18	Пром.пр.	
Плоды свежие (банан)**	100	1,50	0,10	11,80	54,10	100	82 / 21		
<b>итого за обед</b>	<b>1023,5</b>	<b>32,14</b>	<b>27,225</b>	<b>143,04</b>	<b>945,502</b>				
<b>Норма по СанПин 35%</b>			<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>			
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			0,71	-5,41	2,35	-0,24			
неделя 2 -я День 12 -й	<b>ПОЛДНИК</b>								
	Чай с молоком	200	1,80	1,10	6,97	45,15	85	460 / 21	
	Голубцы с мясом и рисом и /соус	90	3,26	3,85	10,87	100,42	59	287/17	
	/ Соус сметанный	30	0,74	0,66	2,24	17,95	59	330/17	
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	18	Пром.пр.	
<b>итого за полдник</b>	<b>350</b>	<b>7,20</b>	<b>6,104</b>	<b>33,11</b>	<b>225,698</b>				
<b>Норма по СанПин 10%</b>			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>			
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>			-2,00	-3,37	-1,35	-1,70			

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>54,68</b>	<b>52,63</b>	<b>228,73</b>	<b>1617,00</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	0,76	-2,79	-0,28	-0,55

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>39,33</b>	<b>33,33</b>	<b>178,15</b>	<b>1171,20</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	-1,30	-8,77	0,99	-1,94

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>61,88</b>	<b>58,74</b>	<b>261,84</b>	<b>1842,70</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	-1,25	-6,15	-1,63	-2,25

Россия Краснодарский край

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка 1 - я неделя				Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20				100%	90	92,0	383	2720
12 -18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
Среднее за 6 дней (фактически)			22,96	22,05	97,58	677,66		
отклонение от нормы ( + / - )			0,51	-1,04	0,48	-0,09		

12 -18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00
Среднее за 6 дней (фактически)			33,74	34,05	124,56	938,94
отклонение от нормы ( + / - )			2,49	2,01	-2,48	-0,48

12 -18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00
Среднее за 6 дней (фактически)			7,77	9,99	40,20	281,99
отклонение от нормы ( + / - )			-1,37	0,86	0,50	0,37

12 -18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
Среднее за 6 дней (фактически)			56,71	56,10	222,14	1616,60
отклонение от нормы ( + / - )			3,01	0,98	-2,00	-0,57

12 -18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
Среднее за 6 дней (фактически)			41,51	44,05	164,76	1220,93
отклонение от нормы ( + / - )			1,12	2,88	-1,98	-0,11

12 -18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
Среднее за 6 дней (фактически)			64,47	66,09	262,34	1898,58
отклонение от нормы ( + / - )			1,64	1,84	-1,50	-0,20

**2 - я неделя**

12 -18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00
Среднее за 6 дней (фактически)			22,04	23,95	93,92	682,34
отклонение от нормы ( + / - )			-0,51	1,04	-0,48	0,09

7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00
Среднее за 6 дней (фактически)			29,26	30,35	143,54	965,06
отклонение от нормы ( + / - )			-2,49	-2,01	2,48	0,48

12 -18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00
Среднее за 6 дней (фактически)			10,23	8,41	36,40	262,01
отклонение от нормы ( + / - )			1,37	-0,86	-0,50	-0,37

12 -18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
Среднее за 6 дней (фактически)			51,29	54,30	237,46	1647,40
отклонение от нормы ( + / - )			-3,01	-0,98	2,00	0,57

12 -18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
Среднее за 6 дней (фактически)			39,49	38,75	179,94	1227,07
отклонение от нормы ( + / - )			-1,12	-2,88	1,98	0,11

12 -18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
Среднее за 6 дней (фактически)			61,53	62,71	273,86	1909,42
отклонение от нормы ( + / - )			-1,64	-1,84	1,50	0,20

1 -я - 2-я неделя

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон : О С Е Н Ь 2024 - \_\_\_\_ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка			Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	90	92	383	2720
12 -18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	
Среднее за 12 дней (фактически)				22,50	23,00	95,75	680,00
отклонение от нормы ( + / - )			%	0,00	0,00	0,00	0,00

12 -18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00	
Среднее за 12 дней (фактически)				31,50	32,20	134,05	952,00
отклонение от нормы ( + / - )			%	0,00	0,00	0,00	0,00

12 -18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00	
Среднее за 12 дней (фактически)				9,00	9,20	38,30	272,00
отклонение от нормы ( + / - )			%	0,00	0,00	0,00	0,00

12 -18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	
Среднее за 12 дней (фактически)				54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы ( + / - )			%	0,00	0,00	0,00	0,00

12 -18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	
Среднее за 12 дней (фактически)				40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы ( + / - )			%	0,00	0,00	0,00	0,00

12 -18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	
Среднее за 12 дней (фактически)				63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы ( + / - )			%	0,00	0,00	0,00	0,00

Ответственный за разработку меню инженер-технолог \_\_\_\_\_ /Ткаченко А.Н./

## Литература:

- СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 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.
- СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. — 698 с.
- 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.)
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост.А.Я.Перевалов. Н.В.Тяпешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр.-Иермь, 2021.-410с.