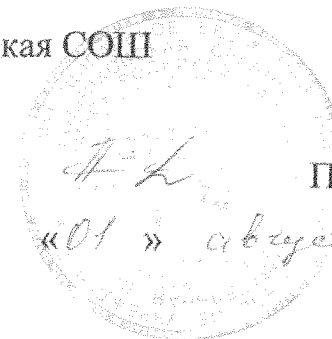


УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Родниковская СОШ

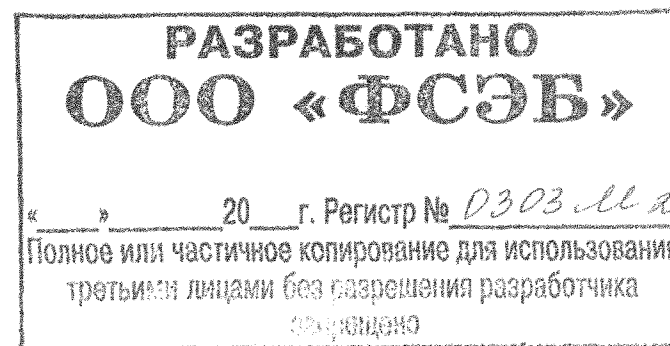


П.А. Сеньотъ

«01» августа 2021 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
С ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ КАРТАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
РОДНИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, ШАРЬШОВСКИЙ РАЙОН, С РОДНИКИ, УЛ. ОКТЯБРЬСКАЯ, 15)**

с. Родники
2021 г.



« » 20 г. Регистр № 0303 М 2021

Полное или частичное копирование для использования
третьими лицами без разрешения разработчика
запрещено

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 1							День 1						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
9	Каша вязкая молочная (пшеничная)	200	8,33	8,33	41,4	274	9	Каша вязкая молочная (пшеничная)	250	10,41	10,41	51	311,25
21	Бутерброд с маслом и сыром	50	4,68	10,34	14,89	171	21	Бутерброд с маслом и сыром	77	7,38	13,4	24,76	250
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00	ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
	Итого	570	18,09	21,37	86,18	604,00		Итого	657	23,36	26,61	110,14	740,25
Обед							Обед						
10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	60	0,60	0,00	2,70	12,00	10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	100	1,00	0,00	4,50	20,00
28	Рассольник ленинградский с мясом (птицы или говядины) и со сметаной	265	5,69	8,48	20,03	190,00	28	Рассольник ленинградский с мясом (птицы или говядины) и со сметаной	265	5,69	8,48	20,03	190,00
12	Тефтели из говядины	100	11,88	14,04	11,99	221,00	12	Тефтели из говядины	100	11,88	14,04	11,99	221,00
37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00	37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00
7	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	Пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	895	28,60	29,71	114,93	853,40		Итого	1015	32,13	30,73	136,74	967,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		46,69	51,08	201,11	1457,40		Итого за день		55,49	57,34	246,88	1707,45
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		101,06	107,76	100,05	103,36		Процент удовлетворения суточной потребности		102,76	103,88	107,43	104,62

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 2							День 2						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
9	Каша вязкая молочная (манная)	200	7,14	7,14	39,22	249	9	Каша вязкая молочная (манная)	250	8,93	8,93	49,03	311,25
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	540	13,88	10,97	92,73	528,40		Итого	610	16,96	12,88	111,04	631,45
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
47	Суп картофельный с крупой с мясом (птицы или говядины)	260	5,42	6,12	14,12	148,00	47	Суп картофельный с крупой с мясом (птицы или говядины)	260	5,42	6,12	14,12	148,00
45	Капуста тушеная с мясом (говядины)	250	17,10	15,14	14,46	276,25	45	Капуста тушеная с мясом (говядины)	250	17,10	15,14	14,46	276,25
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	860	29,35	22,52	100,78	758,25		Итого	930	31,76	21,88	115,28	825,05
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		43,23	33,49	193,51	1286,65		Итого за день		48,72	34,76	226,32	1456,50
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		93,57	70,65	96,27	91,25		Процент удовлетворения суточной потребности		90,22	62,97	98,49	89,25

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 3							День 3						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	165	26,69	18,63	27,39	398,00	31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	32,22	22,57	33,91	486,00
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00	ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	565	31,19	21,53	58,13	564,00		Итого	600	36,72	25,47	64,65	652,00
Обед							Обед						
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00
29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00	29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	860	34,48	33,23	118,20	850,10		Итого	980	39,21	38,36	144,78	1007,60
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		65,67	54,76	176,33	1414,10		Итого за день		75,93	63,83	209,43	1659,60
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		142,14	115,53	87,73	100,29		Процент удовлетворения суточной потребности		140,61	115,63	91,14	101,69

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 4							День 4						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
18	Омлет натуральный	200	17,13	21,27	5,15	279	18	Омлет натуральный	200	17,13	21,27	5,15	279
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00
32	Булочка домашняя	100	7,50	130,00	60,34	388,34	32	Булочка домашняя	100	7,50	130,00	60,34	388,34
56	Сыр (порциями)	12	1,36	2,76	0,31	36,00	56	Сыр (порциями)	15	3,07	3,45	0,38	45,00
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,90	80,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	100,00
	Итого	552	28,01	154,44	98,95	847,34		Итого	565	30,21	155,23	103,52	876,34
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,37	8,30	9,79	148,00	22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,37	8,30	9,79	148,00
14	Плов из отварной говядины	200	15,12	14,88	39,36	352,00	14	Плов из отварной говядины	250	18,90	18,60	49,20	440,00
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	815	29,32	24,80	112,03	805,80		Итого	935	36,43	27,92	138,29	971,40
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		57,33	179,24	210,98	1653,14		Итого за день		66,64	183,15	241,81	1847,74
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		124,09	378,14	104,97	117,24		Процент удовлетворения суточной потребности		123,41	331,79	105,23	113,22

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 5							День 5						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
50	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,25	4,78	20,70	142,75	50	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,25	4,78	20,70	142,75
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00	ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	690	11,43	7,91	77,57	421,35		Итого	710	12,72	8,03	86,07	462,15
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,34	8,42	7,90	135,00	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,34	8,42	7,90	135,00
6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
24	Каша рассыпчатая	150	8,34	8,64	37,61	259,00	24	Каша рассыпчатая	180	10,01	10,37	45,13	310,80
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	885	43,21	33,32	127,39	997,24		Итого	985	47,29	34,41	149,41	1115,84
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		54,64	41,23	204,96	1418,59		Итого за день		60,01	42,44	235,48	1577,99
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		118,27	86,98	101,97	100,61		Процент удовлетворения суточной потребности		111,13	76,88	102,47	96,69

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 6							День 6						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
51	Суп молочный с крупой	250	4,50	4,93	19,63	140,75	51	Суп молочный с крупой	250	4,50	4,93	19,63	140,75
20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00	20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	610	9,96	8,56	75,47	423,99		Итого	630	11,25	8,68	83,97	464,79
Обед							Обед						
10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	60	0,60	0,00	2,70	12,00	10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	100	1,00	0,00	4,50	20,00
49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8,26	5,79	20,20	166,54	49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8,26	5,79	20,20	166,54
42	Азу	200	16,31	17,48	20,80	305,85	42	Азу	200	16,31	17,48	20,80	305,85
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	800	31,44	24,47	94,92	731,19		Итого	870	33,93	23,79	110,54	800,79
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		41,40	33,03	170,39	1155,18		Итого за день		45,18	32,47	194,51	1265,58
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		89,61	69,68	84,77	81,93		Процент удовлетворения суточной потребности		83,67	58,82	84,64	77,55

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 7							День 7						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
9	Каша вязкая молочная (рисовая)	200	5,73	7,14	40,65	249	9	Каша вязкая молочная (рисовая)	250	7,16	8,93	50,81	311,25
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
21	Бутерброд с маслом и сыром	50	4,68	10,34	14,89	171	21	Бутерброд с маслом и сыром	77	7,38	13,4	24,76	250
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00
	Итого	570	11,85	18,09	89,54	571,00		Итого	657	16,47	23,04	114,06	732,25
Обед							Обед						
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
19	Суп-лапша с мясом (птицы или говядины)	260	9,01	7,99	15,34	171,00	19	Суп-лапша с мясом (птицы или говядины)	260	9,01	7,99	15,34	171,00
12	Тефтели из говядины	100	11,88	14,04	11,99	221,00	12	Тефтели из говядины	100	11,88	14,04	11,99	221,00
37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00	37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00
7	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	Пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	890	32,36	34,26	122,36	932,80		Итого	1010	36,25	38,84	145,45	1086,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		44,21	52,35	211,90	1503,80		Итого за день		52,72	61,88	259,51	1818,45
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		95,69	110,44	105,42	106,65		Процент удовлетворения суточной потребности		97,63	112,10	112,93	111,42

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 8							День 8						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
9	Каша вязкая молочная "Геркулес"	200	7,99	9,38	35,51	257	9	Каша вязкая молочная "Геркулес"	250	9,99	11,73	44,39	321,25
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
21	Бутерброд с маслом и сыром	50	4,68	10,34	14,89	171	21	Бутерброд с маслом и сыром	77	7,38	13,4	24,76	250
	Итого	570	14,05	20,32	84,19	577,00		Итого	657	19,24	25,83	107,43	740,25
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
54	Суп с рыбными консервами	250	8,48	3,83	13,82	138,00	54	Суп с рыбными консервами	250	8,48	3,83	13,82	138,00
44	Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным	105	16,91	15,68	14,82	265,33
16	Капуста тушеная	150	3,00	5,40	15,90	124,50	16	Капуста тушеная	200	4,00	7,20	21,20	166,00
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	844	34,04	24,25	113,25	826,10		Итого	975	39,15	27,33	134,54	964,73
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		48,09	44,57	197,44	1403,10		Итого за день		58,39	53,16	241,97	1704,98
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		104,09	94,03	98,23	99,51		Процент удовлетворения суточной потребности		108,13	96,30	105,30	104,47

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 9							День 9						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
57	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,08	7,58	25,50	206,25	57	Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,10	10,10	34,00	275,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00	ГП	Йогурт	100	4,10	2,50	5,90	57,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
	Итого	590	19,92	13,91	84,91	542,65		Итого	660	24,23	16,55	101,91	652,20
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,37	8,30	9,79	148,00	22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины)	265	5,37	8,30	9,79	148,00
29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00	29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00
24	Каша рассыпчатая	150	8,34	8,64	37,61	259,00	24	Каша рассыпчатая	180	10,01	10,37	45,13	310,80
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	865	34,80	31,02	114,60	887,80		Итого	965	39,80	32,15	138,54	1017,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		54,72	44,93	199,51	1430,45		Итого за день		64,03	48,70	240,45	1669,40
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		118,44	94,79	99,26	101,45		Процент удовлетворения суточной потребности		56,35	88,22	104,63	102,29

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 10							День 10						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	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						
51	Суп молочный с крупой	250	4,50	4,93	19,63	140,75	51	Суп молочный с крупой	250	4,50	4,93	19,63	140,75
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Конфеты, шоколад, зефир, мармелад и др.	20	1,96	6,94	10,08	110,80	ГП	Конфеты, шоколад, зефир, мармелад и др.	20	1,96	6,94	10,08	110,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00	20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00
	Итого	610	10,84	14,10	73,87	471,15		Итого	630	12,13	14,22	82,37	511,95
Обед							Обед						
10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	60	0,60	0,00	2,70	12,00	10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	100	1,00	0,00	4,50	20,00
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины)	260	8,45	7,18	21,24	177,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
53	Курица в соусе с томатом	90	10,20	10,13	3,08	144,00	53	Курица в соусе с томатом	120	13,60	13,50	4,10	192,00
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	850	31,26	25,26	127,24	804,10		Итого	1000	39,03	30,20	153,56	970,00
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		42,10	39,36	201,11	1275,25		Итого за день		51,16	44,42	235,93	1481,95
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		91,13	83,04	100,05	90,44		Процент удовлетворения суточной потребности		94,74	80,47	102,67	90,81

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания					Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей				
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 10 дней	498,08	574,04	1967,24	13997,66	Итого за 10 дней	578,27	622,15	2332,29	16189,64
Итого за 1 дней	49,81	57,40	196,72	1399,77	Итого за 1 дней	57,83	62,22	233,23	1618,96
Соотношение Б:Ж:У	1,00	1,15	3,95		Соотношение Б:Ж:У	1,00	1,08	4,03	
Суточная потребность	46,20	47,40	201,00	1410,00	Суточная потребность	54,00	55,20	229,80	1632,00
Процент удовлетворения суточной потребности	107,81	121,11	97,87	99,27	Процент удовлетворения суточной потребности	107,09	112,71	101,49	99,20

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептов

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептов