

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Глобус"



Л.П.Браташенко

Россия Краснодарский край

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

ПЕРИОД: ОСЕНЬ

2022 - ____ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20

2022 г.

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 1 -я	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	12,045	12,359	38,459	313,247	23	ТТК	
	Печенье топленое молоко	25	3,89	6,5	7,934	103,196	11	Пром.пр.	
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	72	54-2ГН/22	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.	
День 1 -й	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,000	79	ТТК	
итого за завтрак			575	19,25	19,709	83,30	587,573	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин				19,25	19,75	83,75	587,50	-0,073	
ОБЕД									
неделя 1 -я	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22	
	Борщ с картофелем со свежей капусты	200	4,79	4,96	10,1	88,452	12	ТТК	
	Макаронные отварные с овощами	150	4,7	6,100	26,5	180,800	27	54-2ГН/22	
	Печенье по-строгановски	100	9,078	10,974	24,395	232,658	52	255/11	
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,785	4,645	22,889	155,701	67	ТТК	
День 1 -й	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.	
итого за обед			790	29,18	27,489	118,14	821,657	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин				26,95	27,65	117,25	822,50	0,843	
ПОЛДНИК									
неделя 1 -я	Чай с сахаром	180	0,04	0	4,612	18,608	73	ТТ	
	Сыр порциями (Костромской)	10	2,34	2,94	0	35,867	8	54-1з/2	
День 1 -й	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.п	
	Фрукты свежие (банан)	110	1,98	4,329	18,913	122,533	80	Т	
итого за полдник			330	5,94	7,479	35,77	234,178	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин				7,70	7,90	33,50	235,00	0,8220	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД				48,43	47,20	201,45	1409,23	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин				46,20	47,40	201,00	1410,00	0,77	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК				35,12	34,97	153,91	1055,84	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин				34,65	35,55	150,75	1057,50	1,66	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник				54,37	54,68	237,21	1643,408	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин				53,90	55,30	234,50	1645,00	1,592	

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 1-я День 3-й	огурец свежий в нарезке	65	0,517	0,1083	1,625	9,208	1	54-23/22	
	Тефтели рыбные (минтай)	90 / 20	11,3445	10,359	10,272	179,697	56	239/11	
	картофельное пюре / / овощи припущенные	120 / 30	2,48	7,34	27,400	185,580	32	128-136 /11	
	Напиток (из груши дички)	200	0,97	1,54	7,2	46,540	61	389/11	
	Хлеб пшеничный	30	1	0	15,81	67,240	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,58	0,21	12,24	57,170	10	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.	
	итого за завтрак	575	19,02	19,797	82,92	585,595	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	1,905		
ОБЕД									
неделя 1-я День 3-й	Икра секольная	60	1,3	4,2	6,8	71,400	6	54-159/22	
	Суп из овощей	200	6,212	5,601	8,157	107,885	16	ТТК	
	Мясо тушёное	100	11,46	10,51	9,487	178,377	51	256 /11	
	каша вязкая (ячневая)	150	2,3	6,163	28,3	175,007	25	303 /11	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	63	54-1хн/22	
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.	
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	79	ТТК	
итого за обед	900	26,54	27,624	116,28	820,915	отклонение (+ / -)			
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	1,5850		
ПОЛДНИК									
неделя 1-я День 3-й	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,252	14,817	76	ТТК	
	Бутерброд с рыбными кулинарными изделиями	85 / 20	7,65	8,74	20,894	192,836	57	ТТК	
	Печенье топленое молоко	10	1,67	2,07	0,75	28,310	11	Пром.пр.	
	итого за полдник	315	9,47	10,943	24,90	235,963	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-0,963		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,56	47,42	199,20	1406,51	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	3,49		
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			36,01	38,57	141,18	1056,88	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	0,62		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,04	58,36	224,10	1642,473	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	2,527		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 1-я	запеканка из творога с молоком сгущённым	135 / 15	16,937	11,62	48,120	363,128	39	223 / 11
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,800	72	54-2ГН/22
	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
4-й	Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	15,19	70,500	79	ТГК
итого за завтрак		390	19,42	19,700	82,18	583,688	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	3,812	

неделя	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ОБЕД								
неделя 1-я	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-2з/22
	Суп картофельный с горохом	200	2,01	4,6	22,59	139,800	17	ТГК
	Мясо духовое	195	10,018	11,355	37,511	292,312	49	258/11
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,785	4,645	22,689	155,701	67	ТГК
4-й	Сыр порциями (Костромской)	20	4,667	5,667	0	71,471	8	54-2з/22г.
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за обед		755	27,31	27,277	117,250	823,330	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-0,8298	

неделя	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ПОЛДНИК								
неделя 1-я	Чай без сахара	180	0,04	0	0,04	0,320	77	ТГК
	запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	130 / 20	7,68	7,79	33,052	233,038	38	224 / 11
4-й		330	7,72	7,790	33,09	233,358	отклонение (+ / -)	
итого за полдник			7,70	7,90	33,50	235,00	1,642	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,73	46,98	199,43	1407,02	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,98	

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			35,03	35,07	150,34	1056,69	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	0,81	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			54,45	54,77	232,52	1640,38	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	4,624	

Россия Краснодарский край

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

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по сб. р-р / год. изд.
			Б	Ж	У			

пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая ценность	цептуры Тех. Карты	Сб. р-р / год. изд.	
			Б	Ж	У				
ЗАВТРАК									
неделя 1-я День 5-й	Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,420	4	47/11	
	Биточки (особые) мясные	90	10,195	9,0346	9,493	160,0504	44	269/11	
	Картофель и овощи тушёные в соусе	160	4,612	7,28	24,315	181,2480	30	ТТК	
	Кисель из яблок	190	0,66	0,01	24,293	99,902	65	ТТК	
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.	
	итого за завтрак	550	19,20	19,778	83,79	589,950	отклонение (+/-)		
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-2,450		
ОБЕД									
неделя 1-я День 5-й	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-33/22	
	Суп с клёцками	200	2,85	3,67	15,00	104,600	18	ТТК	
	Рыба припущенная в молоке (минтай)	90	10,1	6,34	8,57	131,740	59	228/11	
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 / 30	6,375	15,979	32,319	298,587	31	ТТК	
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,000	61	пром.пр.	
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.	
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.	
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,82	0,15	8,554	38,882	81	ТТК	
итого за обед	910	26,77	27,153	117,90	823,155	отклонение (+/-)			
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-0,655		
ПОЛДНИК									
неделя 1-я День 5-й	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,464	74	ТТК	
	Бутерброд с мясными кулинарными изделиями	80 / 20	7,575	7,881	27,897	212,817	45	5 - 269/11	
	итого за полдник	300	7,715	7,881	33,62	236,3	отклонение (+/-)		
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	-1,281		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,98	46,93	201,69	1413,11	отклонение (+/-)		
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-3,11		
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			34,49	35,03	151,53	1059,44	отклонение (+/-)		
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-1,94		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			53,69	54,81	235,31	1649,39	отклонение (+/-)		
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-4,386		

Россия Краснодарский край
**10 - ТИДНЕВОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 7 до 11 лет Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

1-я неделя

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы. в % (+/-)
	белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Итого за день по СанПин	77	79,0	335	2350	белки 0,1

СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20						жиры	0,151
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ	25%	19,25	19,75	83,75	углеводы	4,228
Среднее за 5 дней (фактически)			19,23	19,72	82,90	энерг-я	0,0000
						ценность	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)	
меню обеды 10-тидневка		белки	жиры	углеводы			
1 - я неделя		Б	Ж	У			
Итого за день по СанПиН		77	79,0	335	2350	белки	0,330
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20						жиры	4,304
7 - 11 л	ОБЕДЫ	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	-0,236
Среднее за 5 дней (фактически)		26,88	26,79	117,30	822,50	энерг-я	0,0000
						ценность	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)	
меню -полдники 10-тидневка		белки	жиры	углеводы			
1 - я неделя		Б	Ж	У			
Итого за день по СанПиН		77	79,0	335	2350	белки	-0,868
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20						жиры	-2,033
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	6,579
Среднее за 5 дней (фактически)		7,87	8,31	32,18	235,00	энерг-я	0,0000
						ценность	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)	
меню завтраки - обеды 10-тидневка		белки	жиры	углеводы			
1 - я неделя		Б	Ж	У			
Итого за день по СанПиН		77	79,0	335	2350	белки	0,429
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20						жиры	4,455
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	3,992
Среднее за 5 дней (фактически)		46,11	46,51	200,20	1410,00	энерг-я	0,0000
						ценность	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)	
меню обеды-полдники 10-тидневка		белки	жиры	углеводы			
1 - я неделя		Б	Ж	У			
Итого за день по СанПиН		77	79,0	335	2350	белки	-0,538
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20						жиры	2,271
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	6,343
Среднее за 5 дней (фактически)		34,76	35,10	149,48	1057,50	энерг-я	0,0000
						ценность	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)	
меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка		белки	жиры	углеводы			
1 - я неделя		Б	Ж	У			
Итого за день по СанПиН		77	79,0	335	2350	белки	-0,44
СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20						жиры	2,42
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	10,5
Среднее за 5 дней (фактически)		53,99	54,82	232,39	1645,00	энерг-я	0,0000
						ценность	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ___ 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			
неделя 2 -я День 6 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-33/22
	Омлет с птицей	150	10,106	11,632	19,290	221,913	40	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	6,5	5,1	12,957	123,728	70	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,2280	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)	105	1,132	4,13	17,29	110,876	80	ТТК
итого за завтрак		575	21,68	21,484	76,44	585,705	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	1,795	
неделя 2 -я День 6 -й	ОБЕД							
	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-23/22
	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,071	25,58	145,399	15	ТТК
	Рагу из овощей	150	6,95	12,558	27,682	251,5500	29	143/11
	Котлета мясная	90	12,891	10,131	13,963	198,5950	46	263/11
	Напиток (из груша дичка)	200	1	0	15,81	67,240	61	389/11
	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,635	0,36	12,56	60,2600	10	Пром.пр.	
итого за обед		780	27,28	27,570	117,50	826,830	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-4,330	
	ПОЛДНИК							
	Кофейный напиток с молоком	200	3,275	2,59	7,015	80,970	71	ТТК
	Макаронны запечённые с яйцом	135 / 15	4,4792	5,06	22,328	152,760	36	ТТК
итого за полдник		350	7,75	7,649	29,34	233,730	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	1,270	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			48,96	49,05	193,93	1412,54	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-2,53	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			35,03	35,22	146,84	1060,56	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-3,06	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			56,71	56,70	223,28	1646,26	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-1,265	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ____ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я День 7 -й	ЗАВТРАК								
		огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-23/22
		Макароны отварные с овощами	150	3,17	6,990	38,855	231,010	28	205 /11
		Суфле из печени	70 / 20	12,57	11,9	9,363	194,832	53	ТТК
		Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0	12,613	51,503	62	349/11
		Хлеб пшеничный	200	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
		итого за завтрак	550	19,25	19,440	82,94	583,175	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	4,325		
неделя 2 -я День 7 -й	ОБЕД								
		Квашеная капуста	60	1,025	3,003	5,075	51,420	4	47 /11
		Суп с крупой (пшеничной)	200	6,725	9,892	15,037	173,346	22	ТТК
		Рыба запечённая под молочным соусом	200	12,848	13,571	28,857	288,965	60	233 /11
		Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,600	61	389/11
		Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
		Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	78	ТТК
	итого за обед	845	26,35	27,596	117,62	824,227	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	-1,727		
неделя 2 -я День 7 -й	ПОЛДНИК								
		Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0	11,697	47,988	64	ТТК
		Оладьи из печени	90 / 10	9,81	8,85	6,78	146,010	54	468 / 04
		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
		итого за полдник	300	11,24	9,090	26,85	234,158	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,842		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,60	47,04	200,56	1407,40	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,60		
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			37,59	36,69	144,47	1058,39	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-0,88		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			56,84	56,13	227,41	1641,56	отклонение (+ / -)		
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	3,440		

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-33/22
	Шницель рыбный натуральный (минтай)	90 / 20	11,76	10,989	13,963	201,7999	55	235/11
	картофель пюре / Капуста	120 / 30	2,48	7,34	27,400	185,580	33	128-139 /11
	Тушёная (комбинация сложного гарнира)		0,61	1,1	2,37	21,820		
День 8 -й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	61	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,1600	10	Пром.пр.
итого за завтрак			570	19,26	19,979	83,56	591,010	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин				19,25	19,75	83,75	587,50	-3,510
ОБЕД								
неделя 2 -я	огурец свежий в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,500	1	54-23/22
	Борщ с картофелем	200	2,962	4,91	10,8	99,2380	13	ТТК
	Плов с говядиной	180	17,164	21,274	29,864	376,8480	48	265/11
	Кисель из яблок	200	0,56	0,01	32,392	131,898	66	ТТК
День 8 -й	Хлеб пшеничный	50	2,634	0,35	20,4	95,286	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,895	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,350	79	ТТК
итого за обед			825	25,94	27,424	117,81	821,380	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин				26,95	27,65	117,25	822,50	1,120
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я	чай с лимоном	200	0,14	0	5,726	23,4640	74	ТТК
	Зразы картофельные	90 / 20	5,678	7,22	17,27	156,7708	34	150/11
День 8 -й	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,1700	9	Пром.пр.
итого за полдник			340	7,40	7,430	35,24	237,405	отклонение (+ / -)
Норма по СанПин				7,70	7,90	33,50	235,00	-2,40480
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			45,20	47,40	201,37	1412,39	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-2,39	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			33,33	34,85	153,04	1058,78	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	-1,28	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			52,59	54,83	236,60	1649,79	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	-4,795	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

2-я неделя

6,881 4,032 33,7824 195,8208

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			
ЗАВТРАК								
неделя 2-я День 9-й	Каша жидкая молочная (рисовая)	200	5,734	3,36	28,152	163,184	24	182/11
	масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,090	7	14/11
	Сыр порциями (козломской)	15	3,5	4,4	0	53,800	8	54-2з/22г
	Какао с молоком (витаминизированный)	200	5,95	4,75	12,707	128,000	68	ТТК
	Хлеб пшеничный	48	2,53	0,34	19,59	91,540	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	47,000	79	ТТК
итого за завтрак		593	19,32	20,740	78,75	589,774	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-2,274	
ОБЕД								
неделя 2-я День 9-й	Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	3	54-20з/22
	Печенье топленое молоко	35	4,446	7,1	9,1	118,084	11	Пром.пр.
	Суп с лапшой	200	1,91	1,062	19,64	95,758	21	ТТК
	Котлета рубленая из птицы	90	10,16	2,80	9,78	104,960	42	294/11
	запеканка из творога и картофеля с соусом сметанным	145 / 30	6,375	15,979	32,319	298,587	31	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,800	81,000	63	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.	
итого за обед		810	27,80	27,491	114,75	817,819	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	4,681	
ПОЛДНИК								
неделя 2-я День 9-й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	61	389/11
	Голубцы ленивые	75 / 15	6,42	7,12	8,3	122,960	43	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,160	10	Пром.пр.
итого за полдник		310	8,55	7,360	33,59	234,800	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,200	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,13	48,23	193,50	1407,59	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	2,41	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			36,35	34,85	148,34	1052,62	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	4,88	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,68	55,59	227,09	1642,39	отклонение (+/-)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	2,607	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ

ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон: ОСЕНЬ 2022 - ____ г.г.

2-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
ЗАВТРАК								
неделя 2 -я День 10 -й	огурец свежий в нарезке	70	0,5634	0,1167	1,75	9,9167	1	54-23/22
	Жаркое по - дормашнему	180	15,98	19,655	40,646	403,3994	50	259/11
	чай с лимоном	200	0,172	0	9,336	38,032	75	ТТК
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
итого за завтрак		520	20,54	20,412	80,61	587,836	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			19,25	19,75	83,75	587,50	-0,33610	
ОБЕД								
неделя 2 -я День 10 -й	Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,800	2	54-33/22
	Щи из свежей. капусты с картофелем	200	4,6	5,4	3,600	81,400	14	ТТК
	Биточек рыбный (минтай)	80 / 20	10,1	13,2	9,12	195,680	58	234/11
	каша вязкая (пшённая)	150	1,67	2,4	32,2	154,220	26	303/11
	Кофейный напиток с молоком	200	6,44	5,11	23,304	205,200	69	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	1,688	0,224	13,056	60,9840	9	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	10	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоки)	110	0,44	0,44	10,78	51,700	79	ТТК
итого за обед		882	27,33	27,234	106,92	822,244	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			26,95	27,65	117,25	822,50	0,256	
ПОЛДНИК								
неделя 2 -я День 10 -й	Чай фруктовый	200	0,153	0,133	3,252	14,817	76	ТТК
	Запеканка овощная	120 / 30	5,925	7,842	17,161	162,920	35	165/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	9	Пром.пр.
итого за полдник		380	7,66	8,185	32,65	234,907	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			7,70	7,90	33,50	235,00	0,093	
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			47,87	47,65	187,53	1410,08	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			46,20	47,40	201,00	1410,00	-0,08	
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			34,99	35,42	139,57	1057,15	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	0,35	
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			55,53	55,83	220,18	1644,99	отклонение (+ / -)	
Норма по СанПин			53,90	55,30	234,50	1645,00	0,013	

2 - я неделя

Россия Краснодарский край
10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Сезон: О С Е Н Ь 2022 - ____ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Возрастная категория:	меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя	Итого за день по СанПин	100%	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы	
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	в % (+ / -)
				77	79,0	335	2350	жиры	-3,3
				19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	16,3
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ		25%					энерг-я ценность	0,0
	Среднее за 5 дней (фактически)			20,01	20,41	80,46	587,50		

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка 2 - я неделя				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы		
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в % (+/-)		
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20				100%	77	79,0	335	2350	белки	0,056
									жиры	0,935
7 - 11 л	ОБЕДЫ			35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	11,661
Среднее за 5 дней (фактически)					26,94	27,46	114,92	822,50	энергетическая ценность	0,0000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдники 10-тидневка 2 - я неделя				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы		
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в % (+/-)		
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20				100%	77	79,0	335	2350	белки	-4,100
									жиры	-0,214
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ			10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	9,832
Среднее за 5 дней (фактически)					8,52	7,94	31,53	235,00	энергетическая ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка 2 - я неделя				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы		
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в % (+/-)		
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20				100%	77	79,0	335	2350	белки	-3,743
									жиры	-2,370
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ			60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	28,110
Среднее за 5 дней (фактически)					46,95	47,87	195,38	1410,00	энергетическая ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы		
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в % (+/-)		
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20				100%	77	79,0	335	2350	белки	-4,044
									жиры	0,721
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ			45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	21,493
Среднее за 5 дней (фактически)					35,46	35,41	146,45	1057,50	энергетическая ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды-полдники 10-тидневка 2 - я неделя				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы		
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в % (+/-)		
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20				100%	77	79,0	335	2350	белки	-7,84
									жиры	-2,58
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ		ЕДИНОЕ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	37,94
Среднее за 5 дней (фактически)					55,47	55,82	226,91	1645,00	энергетическая ценность	0,00

1 - я - 2-я неделя
Россия Краснодарский край
10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ
ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Сезон : О С Е Н Ъ 2022 - ____ г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки 10-тидневка				Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы		
				белки Б	жиры Ж	углеводы У		в % (+/-)		
Итого за день по СанПиН СанПиН 2.3/2.4. 3590 - 20				100%	77	79,0	335	2350	белки	-3,7
									жиры	-3,7
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ			25%	19,25	19,75	83,75	587,50	углеводы	20,6
Среднее за 10 дней (фактически)					19,62	20,07	81,68	587,50	энергетическая ценность	0,

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры	
Итого за день по СанПиН СанПин 2.3/2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	0,386	5,239
7 - 11 л	ОБЕДЫ	35%	26,95	27,65	117,25	822,50	углеводы	11,425	
Среднее за 10 дней (фактически)				26,91	27,13	116,11	822,50	энерг-я ценность	0,000

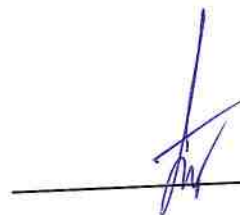
Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню -полдни 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры	
Итого за день по СанПиН СанПин 2.3/2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	-4,968	-2,247
7 - 11 л	ПОЛДНИКИ	10%	7,70	7,90	33,50	235,00	углеводы	16,411	
Среднее за 10 дней (фактически)				8,20	8,12	31,86	235,00	энерг-я ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры	
Итого за день по СанПиН СанПин 2.3/2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	-3,314	2,085
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	46,20	47,40	201,00	1410,00	углеводы	32,102	
Среднее за 10 дней (фактически)				46,53	47,19	197,79	1410,00	энерг-я ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды-полдни 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры	
Итого за день по СанПиН СанПин 2.3/2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	-4,582	2,992
7 - 11 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	27,836	
Среднее за 10 дней (фактически)				35,11	35,25	147,97	1057,50	энерг-я ценность	0,000

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню завтраки - обеды - полдни 10-тидневка ОСЕНЬ 2022 - ___ г.г.			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+/-)		
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		белки	жиры	
Итого за день по СанПиН СанПин 2.3/2.4. 3590 - 20			100%	77	79,0	335	2350	-8,28	-0,16
7 - 11 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	70%	53,90	55,30	234,50	1645,00	углеводы	48,51	
Среднее за 10 дней (фактически)				54,73	55,32	229,65	1645,00	энерг-я ценность	0,00

Ответственный за разработку меню инженер-технолог



/Ткаченко А.Н./

Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А.
РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276 с.
- 2 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ ПИТАНИЯ РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ ПРИ

ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛАХ. ЛАПШИНА В.Т. 2004

4 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.)