

СОГЛАСОВАНО:

зам. Начальника ТО Управления Роспотребнадзор  
по Ставропольскому краю, г. Георгиевску,  
Георгиевского района

  
\_\_\_\_\_  
(Попова О.А.)

Октябрь 2022г.

Утверждаю:

директор ООО "НВ - Групп"

  
\_\_\_\_\_  
(Редкина В.В.)

Октябрь 2022г.

**Перспективное двенадцатидневное меню для обучающихся 12 лет и старше на осенне-зимний период  
2022г.**

СОГЛАСОВАНО:

Директор "Гимназия МБОУ СОШ №1 г.  
Новопавловска"

  
\_\_\_\_\_  
(Мельниченко И.А.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №3" с.  
Советской

  
\_\_\_\_\_  
(Долганова И.И.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №7" п. Коммаяк

  
\_\_\_\_\_  
(Блохина А.П.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №8" с.  
Горнозаводского

  
\_\_\_\_\_  
(Жулинова В.А.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №10" с.  
Орловки

  
\_\_\_\_\_  
(Сердюк В.А.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

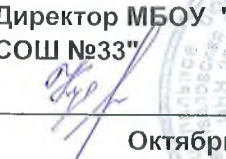
Директор МКОУ "СОШ №18" п.  
Фазанный

  
\_\_\_\_\_  
(Крышкина О.И.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Новопавловская  
СОШ №33"

  
\_\_\_\_\_  
(Кудрявцева Е.П.)

Октябрь 2022г.



№239 сб. 2017г.	Тефтели рыбные (с соусом сметанным)	100/30	12,89	10,69	15,29	209,63	0,1	2,03	23,73	71,14	153,9	28,94	0,91
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	180/5	3,82	11,29	22,18	213,19	0,18	21,95	61,67	51,38	107,33	33,79	1,27
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке)	30	2,25	4,8	20,7	135	0,04	0	0	6	0	0	0,35
	<b>ИТОГО:</b>		<b>21,37</b>	<b>27,04</b>	<b>88,13</b>	<b>690,32</b>	<b>0,35</b>	<b>26,81</b>	<b>85,4</b>	<b>148,72</b>	<b>265,63</b>	<b>65,13</b>	<b>3,22</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	100	2,55	0,1	20,55	91,2	0,04	4,22	0	46,53	60,92	32,24	1
№102 сб. 2017г.	Суп картофельный с бобовыми	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88
№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	15,3	29,4	15,46	388	0,1	1,04	91,4	55,54	97,54	20,8	1,42
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	180/5	7,79	5,56	47,92	272,88	0,15	0	0	29,66	196,06	42,2	3,32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8
	<b>ИТОГО:</b>		<b>32,11</b>	<b>38,29</b>	<b>136,1</b>	<b>1021,83</b>	<b>0,47</b>	<b>17,51</b>	<b>91,4</b>	<b>186,93</b>	<b>424,5</b>	<b>126,02</b>	<b>10,79</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>53,48</b>	<b>65,33</b>	<b>224,23</b>	<b>1712,15</b>	<b>0,82</b>	<b>44,32</b>	<b>176,8</b>	<b>335,65</b>	<b>690,13</b>	<b>191,15</b>	<b>14,01</b>
	<b>Четверг: 1 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№224 сб. 2017г.	Запеканка из творога с морковью (с молоком сгущенным)	220/30	26,04	24,68	81,79	653,57	0,16	2	108,93	428,79	439,5	67,39	1,68
№382 сб. 2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	152,22	124,56	21,34	0,48
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Биоогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	<b>ИТОГО:</b>		<b>36,15</b>	<b>31,59</b>	<b>127,88</b>	<b>935,55</b>	<b>0,35</b>	<b>15,59</b>	<b>133,63</b>	<b>598,01</b>	<b>594,06</b>	<b>92,03</b>	<b>3,09</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,12	0,1	3,5	20	0,02	10,5	0	10	35	15	0,8
№88 сб. 2017г.	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,9	89,75	0,058	15,78	0	49,25	49	22,13	0,83
№260 сб. 2017г.	Гуляш из говядины	130	18,91	21,83	3,75	287,3	0,04	1,2	0	28,35	200,4	28,64	3,98
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	180/5	7,8	5,55	47,9	272	1,15	0	0	29,63	196	42,2	3,3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№342 сб. 2017г.	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	<b>ИТОГО:</b>		<b>33,26</b>	<b>33,11</b>	<b>110,79</b>	<b>882,85</b>	<b>1,348</b>	<b>28,38</b>	<b>0</b>	<b>145,91</b>	<b>484,8</b>	<b>113,11</b>	<b>11,23</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>69,41</b>	<b>64,7</b>	<b>238,67</b>	<b>1818,4</b>	<b>1,698</b>	<b>43,97</b>	<b>133,63</b>	<b>743,92</b>	<b>1078,86</b>	<b>205,14</b>	<b>14,32</b>
	<b>Пятница: 1 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№211 сб. 2017г.	Омлет с сыром	130	15,54	25,5	2,21	301	0,09	0,28	314,6	226,63	162,28	18,91	2,38
	Икра кабачковая (промышленного производства)	70	0,84	3,36	5,39	54,6	0,03	6,72	0	22,4	0	0	0,56

	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№338 сб. 2017г.	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	<b>ИТОГО:</b>		<b>19,27</b>	<b>29,6</b>	<b>49,32</b>	<b>544,5</b>	<b>0,19</b>	<b>21,83</b>	<b>314,6</b>	<b>288,43</b>	<b>179,88</b>	<b>32,11</b>	<b>6,27</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	0	23	24	14	0,6
№103 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	29,2	67,58	27,28	1,13
№278 сб. 2017г.	Тефтели 1-й вариант	100/50	11,09	12,29	14,62	214,09	0,08	1,06	48,75	54,87	133,36	27	1,2
№305 сб. 2017г.	Рис припущенный	180/5	4,49	5,3	45,23	246,61	0,03	0	0	2,98	74,74	23,44	0,63
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115	0,002	1,8	0	15,92	5,98	1,54	0,04
	<b>ИТОГО:</b>		<b>22,67</b>	<b>21,15</b>	<b>122,66</b>	<b>803,15</b>	<b>0,312</b>	<b>14,61</b>	<b>48,75</b>	<b>140,47</b>	<b>305,66</b>	<b>93,26</b>	<b>4,97</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>41,94</b>	<b>50,75</b>	<b>171,98</b>	<b>1347,65</b>	<b>0,502</b>	<b>36,44</b>	<b>363,35</b>	<b>428,9</b>	<b>485,54</b>	<b>125,37</b>	<b>11,24</b>
	<b>Суббота: 1 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	15	22	13,02	312,73	0,07	0,31	40,73	39,22	171,64	50,71	2,55
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63	0,26	0	0	18,28	251,51	167,52	5,62
№376 сб. 2017г.	Чай* с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Биоогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	<b>ИТОГО:</b>		<b>31,7</b>	<b>32,9</b>	<b>104,19</b>	<b>836,74</b>	<b>0,46</b>	<b>12,34</b>	<b>41,03</b>	<b>85,6</b>	<b>455,95</b>	<b>222,93</b>	<b>9,38</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017 г.	Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	0,03	5,67	0	59,22	60,92	30,14	1,7
№84 сб. 2017г.	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,56	5,12	14,17	127,75	0,1	6,7	0	54,18	99,5	34,45	1,73
№297 сб. 2017г.	Фрикадельки из бройлеров-цыплят	100	13,02	18,05	7,36	243,64	0,04	1,93	54,91	48,42	82,51	13,93	1
№143 сб. 2017г.	Рагу из овощей	180	3,19	19,78	15,48	255,6	0,11	22,52	82,8	476,39	81	29,27	1,08
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№349 сб. 2017г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7
	<b>ИТОГО:</b>		<b>26,3</b>	<b>43,66</b>	<b>111,75</b>	<b>1044,29</b>	<b>0,37</b>	<b>37,55</b>	<b>137,71</b>	<b>685,19</b>	<b>347,37</b>	<b>125,25</b>	<b>7,58</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>58</b>	<b>76,56</b>	<b>215,94</b>	<b>1881,03</b>	<b>0,83</b>	<b>49,89</b>	<b>178,74</b>	<b>770,79</b>	<b>803,32</b>	<b>348,18</b>	<b>16,96</b>
	<b>Понедельник: 2 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№182 сб. 2017г.	Каша жидкая молочная (из рисовой крупы)	200/10/10	6	3,6	52,8	268	0,06	1,17	58	130,39	138,14	30,12	0,5
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№338 сб. 2017г.	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке)	18	0,9	4,97	11,61	94,86	0,03	0	0	4	0	0	0,22

	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	1,12	0,1	3,5	20	0,02	10,5	0	10	35	15	0,8
№99 сб. 2017г.	Суп из овощей (со сметаной)	250/10	1,59	4,99	9,15	95,25	0,07	10,38	0	34,85	49,25	20,75	0,78
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	15	22	13,02	312,73	0,07	0,31	40,73	39,22	171,64	50,71	2,55
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	180/5	7,79	5,56	47,92	272,88	0,15	0	0	29,66	196,06	42,2	3,32
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30</b>	<b>33,17</b>	<b>113,65</b>	<b>884,86</b>	<b>0,4</b>	<b>25,19</b>	<b>40,73</b>	<b>142,23</b>	<b>465,95</b>	<b>136,66</b>	<b>11,62</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>39,79</b>	<b>42,48</b>	<b>219,78</b>	<b>1436,62</b>	<b>0,56</b>	<b>41,19</b>	<b>98,73</b>	<b>316,02</b>	<b>621,69</b>	<b>179,98</b>	<b>15,67</b>
	<b>Вторник: 2 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№223 сб. 2017г.	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	200/20	18,88	13,45	31,55	388,96	0,13	1,03	143	430,27	473,34	58,42	1,42
№382 сб. 2017г.	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	1,59	24,4	152,22	124,56	21,34	0,48
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№338 сб. 2017г.	Фрукты свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	<b>ИТОГО:</b>		<b>25,72</b>	<b>17,71</b>	<b>75,65</b>	<b>634,46</b>	<b>0,26</b>	<b>14,62</b>	<b>167,4</b>	<b>607,69</b>	<b>611,1</b>	<b>90,56</b>	<b>4,87</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	0,03	5,67	0	59,22	60,92	30,14	1,7
№96 сб. 2017г.	Рассольник Ленинградский	250	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0	29,15	56,73	24,18	0,93
№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	100	13,91	26,73	14,05	352,73	0,09	0,95	83,09	50,49	88,67	18,91	1,29
№203 сб. 2017 г.	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,73	7,14	37,56	241,38	0,07	0	35,24	14,98	46,34	10,04	1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№342 сб. 2017г.	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
	<b>ИТОГО:</b>		<b>28,69</b>	<b>39,74</b>	<b>134,2</b>	<b>1100,46</b>	<b>0,36</b>	<b>15,9</b>	<b>118,33</b>	<b>182,52</b>	<b>257,06</b>	<b>88,41</b>	<b>7,24</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>54,41</b>	<b>57,45</b>	<b>209,85</b>	<b>1734,92</b>	<b>0,62</b>	<b>30,52</b>	<b>285,73</b>	<b>790,21</b>	<b>868,16</b>	<b>178,97</b>	<b>12,11</b>
	<b>Среда: 2 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№297 сб. 2017г.	Фрикадельки из бройлеров-цыплят	100	13,02	18,05	7,36	243,64	0,04	1,93	54,91	48,42	82,51	13,93	1
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	180/5	7,79	5,55	47,92	272,88	0,155	0	0	29,65	196,05	42,2	3,31
№376 сб. 2017г.	Чай* с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Молоко ультрапастеризованное Мэдрик милк 3,2% (1 шт. в индивидуальной упаковке)	200	6,96	8,85	0	108	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	<b>ИТОГО:</b>		<b>30,12</b>	<b>32,71</b>	<b>85,04</b>	<b>755,02</b>	<b>0,375</b>	<b>2,17</b>	<b>132,91</b>	<b>121,57</b>	<b>431,36</b>	<b>68,03</b>	<b>5,22</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	100	2,55	0,1	20,55	91,2	0,04	4,22	0	46,53	60,92	32,24	1
№101 сб. 2017г.	Суп картофельный с крупой (рисовой)	250	1,97	2,71	12,11	85,75	0,09	8,25	0	26,7	55,98	22,78	0,88
№234/330 сб. 2017г.	Котлеты или биточки рыбные (с соусом сметанным)	100/30	10,6	8,74	14,66	180,38	0,07	0,26	20,63	48,63	144,08	33,65	41,18
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	180/5	3,82	11,29	22,18	213,19	0,18	21,95	61,67	51,38	107,33	33,79	1,27

	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№349 сб. 2017г.	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,73	0	32,48	23,44	17,46	0,7
	<b>итого:</b>		<b>23,1</b>	<b>23,45</b>	<b>121,37</b>	<b>802,52</b>	<b>0,47</b>	<b>35,41</b>	<b>82,3</b>	<b>220,22</b>	<b>391,75</b>	<b>139,92</b>	<b>46,4</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>53,22</b>	<b>56,16</b>	<b>206,41</b>	<b>1557,54</b>	<b>0,845</b>	<b>37,58</b>	<b>215,21</b>	<b>341,79</b>	<b>823,11</b>	<b>207,95</b>	<b>51,62</b>
	<b>Четверг: 2 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№210 сб. 2017г.	Омлет натуральный	170	15,8	28,14	2,99	328,28	0,12	0,29	367,84	116,83	255,88	18,29	2,99
№131 сб. 2017 г.	Горох овощной отварной (консервированный)	30/1,5	0,93	1,32	1,95	23,4	0	0	0	0	0	0	0
№379 сб. 2017г.	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
	Биоогурт (1 шт. в индивидуальной упаковке)	125	3,75	3,13	13,75	92,88	0,1	12	0,3	11	30	3,3	0,6
	<b>итого:</b>		<b>25,93</b>	<b>35,51</b>	<b>49,4</b>	<b>615,66</b>	<b>0,29</b>	<b>13,59</b>	<b>388,14</b>	<b>259,61</b>	<b>375,88</b>	<b>35,59</b>	<b>4,05</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (огурцы)	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	0	23	24	14	0,6
№82 сб. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	250/10	1,8	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0	49,73	54,6	26,13	1,23
№291 сб. 2017г.	Плов из птицы	280/100	25,22	12,53	51,03	418,13	0,21	9,15	39,20	50,53	265,07	75,51	2,61
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№350 сб. 2017г.	Кисель из плодов или ягод свежих (замороженных)	200	0,1	0,1	23,79	115	0,002	1,8	0	15,92	5,98	1,54	0,04
	<b>итого:</b>		<b>31,42</b>	<b>18,17</b>	<b>107,31</b>	<b>746,08</b>	<b>0,352</b>	<b>25,13</b>	<b>39,2</b>	<b>153,68</b>	<b>349,65</b>	<b>117,18</b>	<b>5,85</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>57,35</b>	<b>53,68</b>	<b>156,71</b>	<b>1361,74</b>	<b>0,642</b>	<b>38,72</b>	<b>427,34</b>	<b>413,29</b>	<b>725,53</b>	<b>152,77</b>	<b>9,9</b>
	<b>Пятница: 2 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>		5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№268 сб. 2017г.	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	15	22	13,02	312,73	0,07	0,31	40,73	39,22	171,64	50,71	2,55
№203 сб. 2017г.	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,73	7,14	37,56	241,38	0,07	0	35,24	14,98	46,34	10,04	1
№377 сб. 2017г.	Чай с лимоном*	200/7	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	14,2	4,4	2,4	0,36
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№338 сб. 2017г.	Плоды свежие (яблоко, 1 шт.)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	0	19,2	13,2	10,8	2,64
	<b>итого:</b>		<b>24,62</b>	<b>29,88</b>	<b>92,3</b>	<b>743,01</b>	<b>0,21</b>	<b>15,14</b>	<b>75,97</b>	<b>93,6</b>	<b>235,58</b>	<b>73,95</b>	<b>6,88</b>
	<b>Обед</b>												
	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,2	4,7	7,7	78	0,03	9,6	0	32	0	0	0,8
№103 сб. 2017г.	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,46	118,25	0,11	8,25	0	29,2	67,58	27,28	1,13
№289 сб. 2017г.	Рагу из птицы	280/100	20,5	17,04	24,32	332,8	0,14	18,72	33,6	45,74	220,96	57,6	2,93
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№388 сб. 2017г.	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	0,01	100	0	21,34	3,44	3,44	0,63
	<b>итого:</b>		<b>28,57</b>	<b>25,38</b>	<b>90,1</b>	<b>716,45</b>	<b>0,36</b>	<b>136,57</b>	<b>33,6</b>	<b>142,78</b>	<b>291,98</b>	<b>88,32</b>	<b>6,86</b>

ВСЕГО:			53,19	55,26	182,4	1459,46	0,57	151,71	109,57	236,38	527,56	162,27	13,74
<b>Суббота: 2 неделя.</b>													
<b>Завтрак</b>			5	7	13	32	27	31	23	19	21	20	22
№173 сб. 2017г.	Каша вязкая молочная из (пшеничной крупы)	220/5	9,26	11,85	47,49	334,29	0,15	1,03	58,71	157,25	237,11	47,5	2,51
№389 сб. 2017г.	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	0,02	4	0	14	14	8	2,8
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0,03	0	0	6	0	0	0,33
№14 сб. 2017г.	Масло (порциями) сливочное 72,5% м.д.ж.	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	3	3	0	0,02
	Печенье (1 шт. в индивидуальной упаковке)	30	2,25	4,8	20,7	135	0,04	0	0	6	0	0	0,35
ИТОГО:			14,87	24,14	103,28	690,59	0,24	5,03	98,71	186,25	254,11	55,5	6,01
<b>Обед</b>													
№75 сб. 2017 г.	Икра свекольная	100	2,37	0,1	22,87	185,3	0,03	5,67	0	59,22	60,92	30,14	1,7
№113 сб. 2017г.	Суп-лапша домашняя	250	2,57	5,54	11,62	115,75	0,2	2	12,5	28,55	38,5	10,68	0,65
№315 сб. 2015г.	Голубцы ленивые (с соусом сметанным)	120/15	10,61	6,81	15,04	164	0,06	15,03	22	45,2	133,1	33	1,23
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из гречневой крупы)	180/5	10,6	7,51	47,66	300,63	0,26	0	0	18,28	251,51	167,52	5,62
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,02	0	0	4	0	0	0,2
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,05	0	0	10,5	0	0	1,17
№342 сб. 2017г.	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,9	0	14,18	4,4	5,14	0,95
ИТОГО:			29,81	20,64	144,93	979,48	0,63	23,6	34,5	179,93	488,43	246,48	11,52
ВСЕГО:			44,68	44,78	248,21	1670,07	0,87	28,63	133,21	366,18	742,54	301,98	17,53
<b>Всего за 12 дней</b>			623,89	668,93	2444,13	18802,22	9,277	604,48	2451,13	5552,3	8728,36	2460,24	198,69
<b>Итого за 1 день пищевых веществ:</b>			51,991	55,7442	203,678	1566,852	0,7731	50,373	204,261	462,69	727,363	205,02	16,5575
Проводится ежедневная С-витаминизация третьих блюд													

\*-можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией М.П. Могильного, 2017 г.

<b>Всего за 12 дней завтраки</b>			287,23	313,04	1050,84	8255,53	3,46	167,84	1668,49	3056,72	4252,75	963,99	61,20
<b>Итого за 1 день пищевых веществ завтраки:</b>			23,94	26,09	87,57	687,96	0,29	13,99	139,04	254,73	354,40	80,33	5,10
<b>Всего за 12 дней обеды</b>			336,66	355,89	1393,29	10546,69	5,82	436,64	782,64	2495,59	4475,61	1496,25	137,49
<b>Итого за 1 день пищевых веществ обеды:</b>			28,06	29,66	116,11	878,89	0,49	36,39	65,22	207,97	372,97	124,69	11,46

Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений.

Наименование продуктов		1 День	2 День	3 День	4 День	5 День	6 День	7 День	8 День	9 День	10 День	11 День	12 День	Всего	Среднее значение	Сточные нормы с 12 лет и старше Сан Пини нетто	60% от суточной нормы СанПини нетто	Выполнение норм питания
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	кг.	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360,00	30,00	120,00	72	41,67%
Хлеб пшеничный	кг.	66,2	66,2	77	50	63,33	88	66,2	64,4	84,2	50	66,2	50	791,73	65,98	200,00	120	54,98%
Мука пшеничная	кг.			8,7	3,2	10,42	6			5,25		1,2	19,83	54,60	4,55	20,00	12	37,92%
Крупы, бобовые	кг.	49		92,25	84	63	95,68	103	15,8	78	63		146,68	790,41	65,87	50,00	30	219,56%
Макаронные изделия	кг.	63				10			63			73		209,00	17,42	20,00	12	145,14%
Картофель 25%	кг.	100	282,39	285,17	41,38	100	125,19	66,67	100	318,5		254,08		1673,38	139,45	187,00	112,2	124,29%
Овощи (свежие, мороженые, консервированные). 20%	кг.	95,3	190,57	112,02	227,15	241,78	343,01	179,8	153,31	131,22	234,65	392,5	232,62	2533,93	211,16	320,00	192	109,98%
Фрукты свежие	кг.		141	8	45,4	149		128	165,4		21	128	45,4	831,20	69,27	185,00	111	62,40%
Сухофрукты	кг.	20					20			20		20		80,00	6,67	20,00	12	55,56%
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные	кг.			200				200					200	600,00	50,00	200,00	120	41,67%
Мясо 1-й категории (говядина бескостная)	кг.	77,24			132,1	66,11	77,24	77,24				77,24	46,97	554,14	46,18	78,00	46,8	98,67%
Субпродукты (печень говяжья)	кг.													0,00	0,00	40,00	24	0,00%
Цыпленок бройлер потрошенный	кг.		192	70			74		70	74	192	192		576,00	48,00	53,00	31,8	150,94%
Рыба (минтай 27% )	кг.		90	90						90				270,00	22,50	77,00	46,2	48,70%
Молоко	кг.	431,6	23,4	42	188,6	52,5	46	131,6	152,64	267,2	150,94	21,6	110	1618,08	134,84	350,00	210	64,21%
Кисломолочная пищевая продукция	кг.				125		125				125			375,00	31,25	180,00	108	28,94%
Творог (5-9%)	кг.				123,2				188					311,20	25,93	60,00	36	72,04%
Сыр	кг.					9,2								9,20	0,77	15,00	9	8,52%
Сметана	кг.		10	5	8	12,5	11,3	10	7,2	5	10		3,75	82,75	6,90	10,00	6	114,93%
Масло сливочное	кг.	20	5	14,5	5	15	15	15	12,2	14,5	7,2	5	23	151,40	12,62	35,00	21	60,08%
Масло растительное	кг.	2,5	14	14,1	21	10	12,5	5,6	9,5	7	15	13,4	9	133,60	11,13	18,00	10,8	103,09%
Яйца, шт	шт.					2,17			0,2		2,83		0,23	5,43	0,45	1,00	0,6	75,42%
Сахар	кг.	46	2,5	0,72	72	20	22,7	16	59,12	20,72	42,5	20	26	348,26	29,02	35,00	21	138,20%
Кондитерские изделия	кг.			30				18					30	78,00	6,50	15,00	9	72,22%
Чай черный	кг.		0,5	0,5		0,5	0,5	0,5		0,5		0,5		3,50	0,29	2,00	1,2	24,31%
Какао-порошок	кг.				4				4					8,00	0,67	1,20	0,72	92,59%
Кофейный напиток	кг.	5									5			10,00	0,83	2,00	1,2	69,44%
Дрожжи сухие	кг.													0,00	0,00	0,30	0,18	0,00%
Крахмал	кг.					9					9			18,00	1,50	4,00	2,4	62,50%
Соль пищевая поваренная йодированная	кг.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36,00	3,00	5,00	3	100,00%