

СОГЛАСОВАНО:

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

  
(Попова О.А.)

Октябрь 2022г.

Утверждаю:

директор ООО "НВ - Групп"

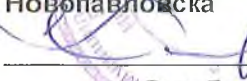
  
(Редькина В.В.)

Октябрь 2022г.

**Перспективное десятидневное меню для обучающихся 7-11 лет на осенне-зимний период 2022г.**

СОГЛАСОВАНО:

Директор "Гимназия МБОУ СОШ №1 г.  
Новопавловска"

  
(Мельниченко И.А.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Новопавловская  
СОШ №2"

  
(Киндюк А.Г.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №3" с.  
Советской

  
(Долганова И.И.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №4" ст.  
Зольская

  
(Шуткова М.А.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №5" ст.  
Марьинской

  
(Галченко В.Г.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №6" п.  
Комсомолец

  
(Леушина И.А.)

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 №9" ст.  
Старопавловской

  
(Наседко В.А.)

Октябрь 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №13" г.  
Новопавловска

  
(Моисеева В.П.)

Октябрь 2022г.



№239 сб. 2017г.	Тефтели рыбные (с соусом сметанным)	90/20	11,05	9,15	12,95	180,5	0,09	1,58	20,3	61,45	133,12	25,02	0,72
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	150/5	3,2	9,46	18,59	178,62	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
№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
	Печень (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>18,91</b>	<b>23,67</b>	<b>82,2</b>	<b>626,62</b>	<b>0,31</b>	<b>22,8</b>	<b>71,97</b>	<b>130,7</b>	<b>227,45</b>	<b>55,73</b>	<b>2,82</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72	0,26	2,53	0	27,92	36,55	19,35	0,6
№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	90	13,67	26,2	13,1	348,8	0,09	0,92	82,1	49,96	87,76	18,72	0,16
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
	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>27,88</b>	<b>34,14</b>	<b>117,75</b>	<b>901,9</b>	<b>0,66</b>	<b>15,7</b>	<b>82,1</b>	<b>157,93</b>	<b>358,56</b>	<b>104,21</b>	<b>8,59</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>46,79</b>	<b>57,81</b>	<b>199,95</b>	<b>1528,52</b>	<b>0,97</b>	<b>38,5</b>	<b>154,07</b>	<b>288,63</b>	<b>586,01</b>	<b>159,94</b>	<b>11,41</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)	200/20	22,91	21,72	71,97	575,14	0,14	1,76	95,86	377,33	386,76	59,31	1,48
№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>33,02</b>	<b>28,63</b>	<b>118,06</b>	<b>857,12</b>	<b>0,33</b>	<b>15,35</b>	<b>120,56</b>	<b>546,55</b>	<b>541,32</b>	<b>83,95</b>	<b>2,89</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48
№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)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
	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>31,54</b>	<b>32,17</b>	<b>101,64</b>	<b>831,48</b>	<b>0,318</b>	<b>24,18</b>	<b>0</b>	<b>137,13</b>	<b>439,07</b>	<b>100,27</b>	<b>10,39</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>64,56</b>	<b>60,8</b>	<b>219,7</b>	<b>1688,6</b>	<b>0,648</b>	<b>39,53</b>	<b>120,56</b>	<b>683,68</b>	<b>980,39</b>	<b>184,22</b>	<b>13,28</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	120	14,34	23,54	2,04	278	0,08	0,26	290,4	209,2	149,8	17,46	2,2
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,8	0,02	5,76	0	19,2	0	0	0,48
№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

№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>17,89</b>	<b>27,1</b>	<b>48,18</b>	<b>511,7</b>	<b>0,17</b>	<b>18,05</b>	<b>290,4</b>	<b>264,7</b>	<b>165,8</b>	<b>29,66</b>	<b>5,93</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	6	0,01	2,1	0	13,8	14,4	8,4	0,36
№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.	Тестели 1-й вариант	90/30	9,12	10,1	12,06	176,23	0,07	0,88	40,22	45,27	110,03	22,28	0,99
№305 сб. 2017г.	Рис припущенный	150/5	3,76	4,44	37,89	206,62	0,025	0	0	2,5	62,62	19,64	0,53
	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>19,65</b>	<b>18,06</b>	<b>112,08</b>	<b>721,3</b>	<b>0,287</b>	<b>13,03</b>	<b>40,22</b>	<b>121,19</b>	<b>260,61</b>	<b>79,14</b>	<b>4,42</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>37,54</b>	<b>45,16</b>	<b>160,26</b>	<b>1233</b>	<b>0,457</b>	<b>31,08</b>	<b>330,62</b>	<b>385,89</b>	<b>426,41</b>	<b>108,8</b>	<b>10,35</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>ИТОГО:</b>		<b>9,79</b>	<b>9,31</b>	<b>106,13</b>	<b>551,76</b>	<b>0,16</b>	<b>16,00</b>	<b>58,00</b>	<b>173,79</b>	<b>155,74</b>	<b>43,32</b>	<b>4,05</b>
	<b>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0,67	0,06	2,1	12	0,01	6,3	0	6	21	9	0,48
№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)	90	13,5	19,8	11,7	281,45	0,07	0,28	36,65	35,3	154,47	45,64	2,29
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшеничной крупы)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
	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>26,79</b>	<b>30,02</b>	<b>103,16</b>	<b>801,33</b>	<b>0,37</b>	<b>20,96</b>	<b>36,65</b>	<b>129,5</b>	<b>402,99</b>	<b>118,75</b>	<b>10,5</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>36,58</b>	<b>39,33</b>	<b>209,29</b>	<b>1353,09</b>	<b>0,53</b>	<b>36,96</b>	<b>94,65</b>	<b>303,29</b>	<b>558,73</b>	<b>162,07</b>	<b>14,55</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)	180/20	17,17	12,23	28,69	353,6	0,12	0,94	130	391,17	430,31	53,11	1,29
№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.	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>24,01</b>	<b>16,49</b>	<b>72,79</b>	<b>599,1</b>	<b>0,25</b>	<b>14,53</b>	<b>154,4</b>	<b>568,59</b>	<b>568,07</b>	<b>85,25</b>	<b>4,74</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра свекольная	60	1,42	0,06	13,72	111,18	0,02	3,4	0	35,53	36,55	18,09	1,02

№295 сб. 2017г.	Котлеты рубленные из бройлер-цыплят	90	13,67	26,2	13,1	348,8	0,09	0,92	82,1	49,96	87,76	18,72	0,16
№203 сб. 2017 г.	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,64	5,98	31,47	202,24	0,06	0	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84
	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>26,41</b>	<b>38,01</b>	<b>118,01</b>	<b>983,27</b>	<b>0,34</b>	<b>13,6</b>	<b>111,62</b>	<b>155,87</b>	<b>224,26</b>	<b>74,54</b>	<b>5,27</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>50,42</b>	<b>54,5</b>	<b>190,8</b>	<b>1582,37</b>	<b>0,59</b>	<b>28,13</b>	<b>266,02</b>	<b>724,46</b>	<b>792,33</b>	<b>159,79</b>	<b>10,01</b>
	<b>Среда: 2 неделя.</b>												
	<b>Завтрак</b>												
№297 сб. 2017г.	Фрикадельки из бройлеров-цыплят	90	11,51	16,14	6,52	218,8	0,03	1,73	49,42	43,57	74,26	12,53	0,9
№302 сб. 2017г.	Каша рассыпчатая (из пшенной крупы)	150/5	6,53	4,65	40,15	228,63	0,13	0	0	24,85	164,27	35,36	2,78
№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 Мэджик милк 3,2% (1 шт. в индивидуальной упаковке)	200	6	6,4	9,4	120	0,04	1,3	20	125,78	90	14	0,13
	<b>ИТОГО:</b>		<b>26,39</b>	<b>27,45</b>	<b>85,83</b>	<b>697,93</b>	<b>0,23</b>	<b>3,06</b>	<b>69,42</b>	<b>211,3</b>	<b>331,33</b>	<b>63,29</b>	<b>4,42</b>
	<b>Обед</b>												
№75 сб. 2017г.	Икра морковная	60	1,21	0,06	12,33	54,72	0,26	2,53	0	27,92	36,55	19,35	0,6
№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)	90/20	8,97	7,4	12,41	152,63	0,06	0,22	17,46	41,15	121,92	28,48	1,19
№128 сб. 2017г.	Картофельное пюре	150/5	3,2	9,46	18,59	178,62	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	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>19,51</b>	<b>20,24</b>	<b>107,31</b>	<b>703,72</b>	<b>0,65</b>	<b>30,12</b>	<b>69,13</b>	<b>185,8</b>	<b>327,82</b>	<b>116,38</b>	<b>5,8</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>45,9</b>	<b>47,69</b>	<b>193,14</b>	<b>1401,65</b>	<b>0,88</b>	<b>33,18</b>	<b>138,55</b>	<b>397,1</b>	<b>659,15</b>	<b>179,67</b>	<b>10,22</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	150	13,48	24	2,55	280	0,1	0,25	313,75	99,65	218,25	15,6	2,55
№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>Обед</b>												
№70 сб. 2017г.	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	6	0,01	2,1	0	13,8	14,4	8,4	0,36
№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	240/90	18,1	9,05	36,54	299,2	0,18	7,82	33,5	43,2	226,8	64,71	2,24
	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>23,98</b>	<b>14,65</b>	<b>92,14</b>	<b>623,15</b>	<b>0,312</b>	<b>22,4</b>	<b>33,5</b>	<b>137,15</b>	<b>301,78</b>	<b>100,78</b>	<b>5,24</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>47,59</b>	<b>46,02</b>	<b>141,1</b>	<b>1190,53</b>	<b>0,582</b>	<b>35,95</b>	<b>367,55</b>	<b>379,58</b>	<b>640,03</b>	<b>133,68</b>	<b>8,85</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)	90	13,5	19,8	11,7	281,45	0,07	0,28	36,65	35,3	154,47	45,64	2,29
№203 сб. 2017г.	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,64	5,98	31,47	202,24	0,06	0	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84
№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>22,03</b>	<b>26,52</b>	<b>84,89</b>	<b>672,59</b>	<b>0,2</b>	<b>15,11</b>	<b>66,17</b>	<b>87,25</b>	<b>210,89</b>	<b>67,25</b>	<b>6,46</b>
	<b>Обед</b>												
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,8	0,02	5,76	0	19,2	0	0	0,48
№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	240/90	17,57	14,6	20,85	285,26	0,123	16,05	28,8	39,2	120,52	49,37	2,51
	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>25,16</b>	<b>21,06</b>	<b>83,55</b>	<b>637,71</b>	<b>0,333</b>	<b>130,06</b>	<b>28,8</b>	<b>123,44</b>	<b>191,54</b>	<b>80,09</b>	<b>6,12</b>
	<b>ВСЕГО:</b>		<b>47,19</b>	<b>47,58</b>	<b>168,44</b>	<b>1310,3</b>	<b>0,533</b>	<b>145,17</b>	<b>94,97</b>	<b>210,69</b>	<b>402,43</b>	<b>147,34</b>	<b>12,58</b>
	<b>Всего за 10 дней</b>		<b>466,16</b>	<b>492,86</b>	<b>1830,12</b>	<b>13915,14</b>	<b>6,41</b>	<b>478,77</b>	<b>1865,71</b>	<b>4140</b>	<b>6274,75</b>	<b>1602,37</b>	<b>111,02</b>
	<b>Итого за 1 день пищевых веществ:</b>		<b>46,616</b>	<b>49,286</b>	<b>183,012</b>	<b>1391,514</b>	<b>0,641</b>	<b>47,877</b>	<b>186,571</b>	<b>414</b>	<b>627,475</b>	<b>160,237</b>	<b>11,102</b>
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 10 дней завтраки</b>		<b>219,74</b>	<b>231,40</b>	<b>809,27</b>	<b>6282,39</b>	<b>2,46</b>	<b>141,86</b>	<b>1332,07</b>	<b>2711,54</b>	<b>3194,44</b>	<b>635,40</b>	<b>42,71</b>
	<b>Итого за 1 день пищевых веществ завтраки:</b>		<b>21,97</b>	<b>23,14</b>	<b>80,93</b>	<b>628,24</b>	<b>0,25</b>	<b>14,19</b>	<b>133,21</b>	<b>271,15</b>	<b>319,44</b>	<b>63,54</b>	<b>4,27</b>
	<b>Всего за 10 дней обеды</b>		<b>246,42</b>	<b>261,46</b>	<b>1020,85</b>	<b>7632,75</b>	<b>3,95</b>	<b>336,91</b>	<b>533,64</b>	<b>1428,47</b>	<b>3080,31</b>	<b>966,97</b>	<b>68,31</b>
	<b>Итого за 1 день пищевых веществ обеды:</b>		<b>24,64</b>	<b>26,15</b>	<b>102,09</b>	<b>763,28</b>	<b>0,40</b>	<b>33,69</b>	<b>53,36</b>	<b>142,85</b>	<b>308,03</b>	<b>96,70</b>	<b>6,83</b>

**Перспективное десятидневное меню для обучающихся 7-11 лет на осенне-зимний период 2022гг.  
 Выполнение потребности в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в возрасте 7-11 лет.  
 ЗАВТРАК+ ОБЕД (из расчета 60% от суточной нормы),**

Название пищевых веществ	Сан Пин с 7-11 лет. Суточная норма	Сан Пин с 7-11 лет из расчета 60 % от суточной нормы (ЗАВТРАК+ОБЕД)	По меню факт с 7-11 лет (ЗАВТРАК+ОБЕД)	% Выполнения для завтрака+обед с 7-11 лет
Белки (г)	77	46,2	<u>46,95</u>	<b>101,62%</b>
Жиры (г)	79	47,4	<u>51,26</u>	<b>108,14%</b>
Углеводы (г)	335	201	<u>188,74</u>	<b>93,90%</b>
Энергетическая ценность (ккал)	2350	1410	<u>1409,24</u>	<b>99,95%</b>
Витамин В1 (мг)	1,2	0,72	<u>0,66</u>	<b>91,67%</b>
Витамин С (мг)	60	36	<u>51,04</u>	<b>141,78%</b>
Витамин А (мг рет.экв)	700	420	<u>194,06</u>	<b>46,20%</b>
Кальций (мг)	1100	660	<u>425,22</u>	<b>64,43%</b>
Фосфор (мг)	1100	660	<u>630,32</u>	<b>95,50%</b>
Магний (мг)	250	150	<u>163,8</u>	<b>109,20%</b>
Железо (мг)	12	7,2	<u>11,32</u>	<b>157,22%</b>

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	Всего	Среднее значение	Сточные нормы СанПина нетто	60% от суточной нормы СанПина нетто	Выполнение норм питания на
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	кг.	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	300,00	30,00	80,00	48	62,50%
Хлеб пшеничный	кг.	66,2	66,2	77	50	62	66,2	64,4	84,2	50	66,2	652,40	65,24	150,00	90	72,49%
Мука пшеничная	кг.			8,7	3,2	8,24			5,25		1,2	26,59	2,66	15,00	9	29,54%
Крупы, бобовые	кг.	49	52,5	80,25	72	52,5	91	15,8	63	52,5		528,55	52,86	45,00	27	195,76%
Макаронные изделия	кг.	52,5				10		52,5			62,5	177,50	17,75	15,00	9	197,22%
Картофель 25%	кг.	100	232,67	242,67	41,38	100	66,67	100	276		128,4	1287,79	128,78	187,00	112,2	114,78%
Овощи (свежие, мороженые, консервированные). 20%	кг.	95,3	190,57	112,02	179,95	154,78	131,8	111,09	93,53	192,57	352,5	1614,11	161,41	280,00	168	96,08%
Фрукты свежие	кг.		141	8	45,4	149	128	165,4		21	128	785,80	78,58	185,00	111	70,79%
Сухофрукты	кг.	20							20		20	60,00	6,00	15,00	9	66,67%
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные	кг.			200			200					400,00	40,00	200,00	120	33,33%
Мясо 1-й категории (говядина бескостная)	кг.	69,5			132,1	59,5	69,53				69,53	400,16	40,02	70,00	42	95,28%
Субпродукты (печень говяжья)	кг.											0,00	0,00	30,00	18	0,00%
Цыпленок бройлер потрошенный	кг.		172,8	63				63	66,6	172,8	172,8	451,80	45,18	35,00	21	215,14%
Рыба (минтай 27% )	кг.		81	81					81			243,00	24,30	58,00	34,8	69,83%
Молоко	кг.	421,6	23,4	42	188,6	48	121,6	152,64	267,2	142,48	21,6	1429,12	142,91	300,00	180	79,40%
Кисломолочная пищевая продукция	кг.				125					125		250,00	25,00	150,00	90	27,78%
Творог (5-9%)	кг.				112			169,2				281,20	28,12	50,00	30	93,73%
Сыр	кг.					8,5						8,50	0,85	10,00	6	14,17%
Сметана	кг.		10	5	8	7,5	10	7,2	5	10		62,70	6,27	10,00	6	104,50%
Масло сливочное	кг.	20	5	14,5	5	14	15	12,2	14,5	7,2	5	112,40	11,24	30,00	18	62,44%
Масло растительное	кг.	2,5	14	9,5	21	5	5	9,5	7	15	13,4	101,90	10,19	15,00	9	113,22%
Яйца, шт	шт.					2		0,2		2,83		5,03	0,50	1,00	0,6	83,83%
Сахар	кг.	46	2,5	0,72	72	20	16	59,12	20,72	42,5	20	299,56	29,96	30,00	18	166,42%
Кондитерские изделия	кг.			30			18					48,00	4,80	10,00	6	80,00%
Чай черный	кг.		0,5	0,5		0,5	0,5		0,5		0,5	3,00	0,30	1,00	0,6	50,00%
Какао-порошок	кг.				4			4				8,00	0,80	1,00	0,6	133,33%
Кофейный напиток	кг.	5								5		10,00	1,00	2,00	1,2	83,33%
Дрожжи сухие	кг.											0,00	0,00	0,20	0,12	0,00%
Крахмал	кг.					9				9		18,00	1,80	3,00	1,8	100,00%
Соль пищевая поваренная йодированная	кг.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30,00	3,00	3,00	1,8	166,67%