

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ СОШ № 34

подпись Иванов расшифровка Иванов И.И.
" 21 " 05 2024 год

"УТВЕРЖДАЮ"
Министр образования
и науки
Муниципального
образования
г. Дзержинска
Директор МУП "Комбинат питания г. Дзержинска"
подпись Кузнецов
Кузнецов О.В.
" 29 " 03 2024 год

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ДИСКРИПЦИОННОЕ МЕНЮ

Для учащихся школ г. Дзержинска
№ 3, 9, 16, 18, 29, 33, 34, 40, 70, 71
с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированной программе
на 2023-2024 учебный год (возраст 12-18 лет)

Меню разработано на основе Сборника рецептов для общеобразовательных школ 2017г.
Сборник технологических нормативов по производству мучных кондитерских и булочных изделий 1999г.
Сборник химический состав блюд и кулинарных изделий 1994г.
Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Самарской области 2013 г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ с 12 до 18 лет ОБЗ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества					Витамины				
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	Витамины				
															Белки	жиры	углеводы	ккал	Са
1	ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК																			
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20					
№96/04	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	1	0	2	0	0	0	0,07	0,1					
№307/13	Омлет натуральный	53	5,30	8,75	1,00	104,00	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,00	0,10	1,80					
№272/13	Каша молочная пшеница	200	8,60	12,30	40,50	307,80	124,00	51,00	191,00	2,50	0,18	1,26	0,06	0,14					
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ОБЕД	Итого за завтрак	743	24,26	33,12	119,15	896,80	350,40	114,25	493,91	8,79	0,54	6,56	20,23	3,18					
№154/13	Суп картофельный с крупой, с рыбами	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50					
№402/13	Тертели в соусе	75/50	16,10	13,00	8,30	185,00	10,00	12,50	96,30	1,25	0,05	1,25	0,00	3,75					
№461/13	Рис отварной	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20					
ТТК	Капуста квашеная длг	75	1,35	0,08	2,25	17,25	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86					
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20					
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ПОЛДНИК	Итого за обед	945	39,55	32,02	138,85	986,25	210,55	142,47	520,00	9,62	0,63	23,33	0,71	56,45					
№604/13	Пирог печеный с рисом и яйцом	100	6,33	9,20	38,50	262,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60					
№591/13	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0					
	Итого за полдник	300	7,03	9,50	62,90	365,00	41,00	12,00	47,00	1,60	0,08	206,00	0,25	1,60					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1988	70,84	74,64	320,90	2248,05	601,95	268,72	1060,90	20,01	1,25	235,89	21,19	61,23					
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества					Витамины				
			Белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E	Витамины				
															Белки	жиры	углеводы	ккал	Са
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
ЗАВТРАК ВТОРНИК																			
№2/13	Сыр твердый	30	8,52	10,92	0,00	133,20	352,00	18,00	208,00	0,36	0,01	0,24	0,07	0,24					
№271/17	Котлеты домашние с соусом	75/25	15	19,8	11,8	286	25	34	126	1,7	0,13	0,7	0,03	3,6					
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7					
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00					
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52					
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42					
ОБЕД	Итого за завтрак	590	39,89	39,44	114,60	997,20	448,50	249,75	684,70	10,10	0,66	0,97	0,14	5,48					

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества															Минеральные вещества															Витамины				
			белки	жиры	углеводы	квэл	Са	Мг	Р	Fe	В1	С	А	Е	Кальций	Магний	Фосфор	Натрий	Калий	Цинк	Селен	Вит. В1	Вит. В2	Вит. В6	Вит. В12	Вит. С	Вит. А	Вит. Е									
№145/13	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	10/250/10	6,45	7,80	8,30	146,00	44,00	22,00	53,00	0,80	0,06	22,00	0,21	0,20																							
№479/13	Макаронник с мясом	200	26,60	15,50	38,20	400,00	25,00	35,00	234,00	4,00	0,14	1,20	0,08	1,50																							
ТТК	Кукуруза консервированная дл	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86																							
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10																							
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42																							
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	30	2,37	2,01	11,97	56,00	7,80	6,60	17,40	0,40	0,07	0,00	0,00	0,26																							
Итого за обед		780	38,28	26,07	109,68	851,70	235,25	125,17	464,30	8,17	0,49	28,08	0,32	51,34																							
ПОЛДНИК																																					
№604/13	Пирог печеный с конфитуром	100	5,50	5,00	58,00	300,30	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60																							
ТТК	Компот из клубники	200	0,50	0,20	28,90	122,00	18,00	12,00	18,00	0,70	0,01	27,00	0,00	0,10																							
Итого за полдник		300	6,00	5,20	86,90	422,30	46,00	21,00	62,00	1,30	0,08	33,00	0,09	1,70																							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1670	84,17	70,71	311,18	2271,20	729,75	395,92	1211,00	19,57	1,23	62,05	0,55	58,52																						
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества															Минеральные вещества															Витамины				
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25										
ЗАВТРАК	СРЕДА																																				
№432/13	Голень куриная отварная, с маслом сливочным	100/5	21,80	19,97	0,90	246,00	58,00	34,00	216,00	2,00	0,08	18,00	0,12	0,40																							
№460/13	Рис отварной с овощами	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20																							
№652/94	Отвар шпината	200	0,70	0,30	24,40	103,00	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	200,00	0,16	0,00																							
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52																							
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42																							
Итого за завтрак		565	34,40	26,77	103,70	793,00	126,60	102,55	408,90	6,36	0,41	219,20	0,78	4,54																							
№164/13	Суп картофельный с рисом, с мясом	25/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30																							
№350/13	Шницель рыбный натуральный	100	21,40	17,60	9,00	280,00	48,00	40,00	212,00	1,80	0,18	4,00	12,00	5,20																							
№471/13	Картофель отварной	180	3,50	5,60	25,20	174,00	25,00	36,00	95,00	1,40	0,18	25,20	0,05	0,24																							
№70/17	Огурец консервированный длг	50	0,65	0,15	2,65	15,50	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32																							
№349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51																							
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42																							
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52																							
Итого за обед		895	42,45	35,32	134,15	1027,50	183,10	161,35	548,70	7,51	0,76	40,39	12,25	9,51																							
ПОЛДНИК																																					
№633/13	Булочка с сыром	100	6,9	12,1	54	368,8	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14																							
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20																							
Итого за полдник		300	8,30	12,30	80,40	488,80	38,00	21,30	75,30	3,60	0,12	9,30	0,02	0,34																							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1760	85,15	74,39	318,25	2309,3	347,7	285,2	1032,9	17,47	1,29	268,89	13,05	14,39																						
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества															Минеральные вещества															Витамины				

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Питательные вещества			Минеральные вещества										Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E						
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
ЗАВТРАК	ЧЕТВЕРГ																			
№294/17	Виточки рубленые из птицы с маслом сливочным	100/5	14,99	31,87	15,51	374,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83						
№469/13	Макаронны отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80						
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00						
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52						
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42						
ОБЕД	Итого за завтрак	565	30,85	41,44	110,46	928,50	199,20	77,85	369,10	5,09	0,50	2,00	76,03	2,57						
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с лимонком	25/250	7,40	5,80	23,00	204,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44						
№289/17	Рагу из птицы	200	20,90	17,70	17,60	217,40	32,00	93,00	193,00	2,70	0,23	42,80	0,39	3,45						
ТТК	Кукруза консервированная д/г	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86						
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20						
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42						
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52						
Итого за обед		795	37,16	25,24	116,81	817,10	229,65	176,57	447,70	9,49	0,54	61,98	15,57	54,87						
ПОЛДНИК																				
ТТК	Роллик с конфилюром	100	6,90	10,10	47,70	298,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60						
№286/13	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,40	98,00	7,00	2,00	4,00	0,20	0,01	3,00	0,00	0,10						
Итого за полдник		300	7,00	10,10	72,10	396,00	35,00	11,00	48,00	0,80	0,68	9,00	0,09	1,70						
Итого за день		1660	75,01	76,78	299,37	2141,6	463,85	265,42	854,8	15,38	1,223	72,98	91,69	59,14						
№ п/п	Наименование блюда	Выход	Питательные вещества			Минеральные вещества										Витамины				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
ЗАВТРАК	ПЯТНИЦА																			
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20						
ТТК	Пудинг из творожного сыра Рикотта, со стухеным молоком	150/15	24,17	18,35	39,22	425,68	273	45	367	2,2	0,12	0	0,2	1,2						
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00						
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52						
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42						
ОБЕД	Итого за завтрак	645	31,34	19,47	115,82	794,68	341,70	88,75	489,70	7,64	0,41	4,03	0,20	2,34						
№83/17	Борш с картофелем, с мясом, со сметаной	10/250/10	10,20	14,30	12,10	181,00	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20						
№377/13	Плов с мясом	200	20,10	17,10	25,20	396,00	17,00	37,00	197,00	3,00	0,06	1,00	0,15	3,20						
ТТК	Капуста квашеная д/г	75	1,35	0,08	2,25	17,25	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86						
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10						
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42						

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Питательные вещества														
			Белки					Жиры					Углеводы				
			г	ж	угл	ккал	г	ж	угл	ккал	г	ж	угл	ккал			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
	Итого за обед	835	38,55	32,76	119,45	988,25	243,05	136,77	449,70	8,07	0,46	16,88	0,40	53,30			
ПОЛДНИК																	
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	6,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80			
ТТК	Компот из свежемороженых ягод	200	0,50	0,20	28,90	122,00	18,00	12,00	18,00	0,70	0,01	27,00	0,00	0,10			
	Итого за полдник	300	12,64	6,34	67,57	380,70	84,67	26,67	135,34	1,37	0,13	27,00	0,04	0,90			
	Итого за день	1780	82,53	58,57	302,84	2163,63	669,42	252,19	1074,74	17,08	1,00	47,91	0,64	56,54			
№ респ	Наименование блюда	Выход	Питательные вещества														
			Белки					Жиры					Углеводы				
			г	ж	угл	ккал	г	ж	угл	ккал	г	ж	угл	ккал			
1	ЗАВТРАК СУББОДА	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
№38/17	Фрукт свежий	100	0,43	0,17	14,12	66,30	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,06	0,20			
ТТК	Пастеризованное молоко	100	13,90	13,50	3,90	192,70	39,00	38,70	171,90	0,76	0,10	1,42	26,50	51,20			
№47/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20			
№58/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	99,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
	Итого за завтрак	660	26,43	22,67	104,52	756,00	285,60	127,05	469,80	5,32	0,61	52,52	0,64	52,54			
№10/17	Суп картофельный с клецками, с мясом	12,5/250	9,71	7,45	34,50	229,40	35,20	40,10	107,70	1,70	0,18	12,00	20,00	0,56			
№43/13	1 омульга ленивые с соусом	150/50	12,40	13,80	7,98	207,00	57,00	33,00	142,00	3,00	0,06	22,50	0,00	3,90			
ТТК	Кисломолочный продукт	200	6,20	6,50	8,54	18,00	250,00	29,00	184,00	0,00	0,04	1,00	0,00	0,00			
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
	Итого за обед	752,5	35,11	28,93	96,72	806,40	385,80	136,45	539,60	7,06	0,55	35,50	20,00	5,40			
ТТК	Роталик с вареным стученым молоком	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08			
№59/13	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0			
	Итого за полдник	300	4,78	6,30	48,40	233,00	24,20	11,00	39,80	1,48	0,07	203,20	0,17	0,08			
	Итого за день	1712,5	66,32	57,90	249,64	1795,40	695,60	274,50	1049,20	13,86	1,23	291,22	44,72	58,02			
№ респ	Наименование блюда	Выход	Питательные вещества														
			Белки					Жиры					Углеводы				
			г	ж	угл	ккал	г	ж	угл	ккал	г	ж	угл	ккал			
1	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЗАВТРАК	ПОНЕДЕЛЬНИК																
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
№96/04	Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	1	0	2	0	0	0	0,07	0,1			
№2/13	Сыр твердый	15	4,26	6,46	0,00	79,00	235,20	12,00	139,20	0,24	0,01	0,16	0,06	0,16			
№272/13	Каша молочная рисовая	200	5,90	2,90	39,60	208,00	117,00	33,00	144,00	1,26	0,06	1,26	0,06	0,88			
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00			

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	Липиды										Минеральные вещества										Витамины					
			Белки	Жиры	Углеводы	Кальций	Сера	Маг.	Р.	Fe	В1	С	А	Е	В1	С	А	Е										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,00													
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,00														
ОБЕД	Итого за завтрак	705	20,26	21,26	126,10	803,00	531,80	101,35	495,10	7,66	0,40	13,52	0,20	2,28														
№615/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	20/250	12,30	13,86	18,60	192,20	50,00	38,00	139,00	1,90	0,16	6,00	0,21	0,30														
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55														
ТТК	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70														
№349/17	Компот из сухофруктов	50	0,90	0,05	1,50	11,50	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86														
ТТК	Хлеб ржаной	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51														
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42														
ТТК	Итого за обед	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52														
ПОЛДНИК		915	42,22	37,23	154,29	1078,70	249,80	284,17	639,50	12,43	0,81	11,60	0,25	53,86														
№606/13	Датрулька с кофеином	100	4,3	2,1	44,0	213,0	14,0	7,0	39,0	0,7	0,1	0,0	0,0	0,5														
№591/13	Напиток из сливок	200	0,7	0,3	24,4	103,0	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	260,0	0,2	0,0														
ТТК	Итого за полдник	300	5,00	2,40	68,40	316,00	27,00	10,00	42,00	1,70	0,09	300,00	0,18	0,50														
ПОЛДНИК	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1920	67,48	60,89	348,79	2197,70	808,60	395,52	1256,60	21,79	1,40	125,12	0,63	56,04														
№420/10	Морур	110	2,50	2,90	9,00	71,00	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00														
№307/13	Омлет натуральный	53	5,30	8,75	1,00	104,00	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,00	0,10	4,80														
ТТК	Каша молочная "Дружба"	200	6,40	3,80	33,70	240,00	129,00	38,00	152,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38														
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00														
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52														
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42														
ОБЕД	Итого за завтрак	643	23,46	24,22	101,05	740,00	563,40	103,75	558,90	5,29	0,49	3,20	40,15	3,12														
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	12,5/250/10	5,85	6,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24														
№420/13	Запеканка картофельная с мясом с маслом сливочным	200/5	17,60	17,40	37,20	365,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00														
ТТК	Кукуруза консервированная д/г	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86														
№338/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20														
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42														
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52														
ПОЛДНИК	Итого за обед	842,5	31,11	26,10	125,82	885,30	214,95	135,57	505,70	11,59	1,52	48,18	18,34	54,24														
№604/13	Пирог печеный с яблоками																											
№342/17	Компот из груш	100	3,30	3,10	26,30	146,00	11,00	6,00	31,00	0,70	0,06	2,00	0,03	0,70														
ТТК	Итого за полдник	200	0,20	0,2	28,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20														
ПОЛДНИК	Итого за день:	300	3,50	3,10	55,20	261,00	18,00	10,00	35,00	1,70	0,07	4,00	0,03	0,90														
ПОЛДНИК	Итого за обед	1785,5	58,07	53,42	282,07	1886,30	796,35	249,32	1099,60	18,58	2,08	55,38	58,52	58,26														

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества					Минеральные вещества					Витамины				
			белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E			
															4	5	6
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЗАВТРАК	СРЕДА																
№338/17	Фрукт свежий	170	0,45	0,30	19,41	88,40	19,00	12,00	16,00	2,30	0,03	5,00	0,00	0,40			
№268/17	Пищевль мясной с соусом	75/25	12,20	11,70	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60			
№469/13	Макаронь отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80			
№580/13	Чай с молоком	200	1,70	1,30	17,40	88,00	65,00	11,00	53,00	1,40	0,02	1,00	0,01	0,00			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ОБЕД	Итого за завтрак	730	26,75	23,10	122,31	875,40	140,60	88,35	340,91	8,86	0,16	6,00	0,04	5,74			
№139/13	Борщ на свежей капусте, с картофелем, цыпленком и сметаной	20/250/5	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20			
№331/13	Рыба тушеная в томате с овощами	160	20,10	8,20	12,70	203,00	44,00	37,00	205,00	2,30	0,18	13,00	0,01	4,20			
№465/13	Рис отварной	180	5,80	5,40	37,00	220,00	12,00	31,20	84,00	1,00	0,05	1,20	0,50	3,20			
№70/17	Огурец консервированный лит	30	0,39	0,09	1,59	9,30	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32			
№389/17	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,30	0,00	0,20			
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ПОЛДНИК	Итого за обед	875	42,41	26,33	130,29	926,50	174,70	140,75	477,90	9,61	0,59	31,67	0,75	11,06			
ТТК	Рогалик с вареным куриным молоком	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	36,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08			
№652/94	Отвар из шиповника	200	0,9	0,0	23,3	99,1	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0			
	Итого за полдник	300	4,93	6,00	47,32	229,14	24,20	11,00	39,80	1,48	0,07	203,20	0,17	0,08			
	Итого за день:	1905	74,09	55,43	299,92	2041,04	349,50	240,10	878,60	19,95	1,12	240,87	0,96	16,88			
№ рсц	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества					Минеральные вещества					Витамины				
1	2	3	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E			
ЗАВТРАК	ЧЕТВЕРГ		4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00			
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
№96/04	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	2,40	0,04	3,00	0,02	0,01	0,00	0,73	0,00			
№2/13	Сыр твердый	15	4,26	6,46	0,00	79,00	235,20	12,00	139,20	0,24	0,01	0,16	0,06	0,16			
№178/13	Суп молочный с вермишелью	250	5,70	4,90	21,70	155,00	149,00	19,00	124,00	1,50	0,08	1,00	0,02	0,30			
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00			
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ОБЕД	Итого за завтрак	755	20,06	23,26	108,20	750,00	565,20	87,39	476,10	7,92	0,43	13,26	0,82	1,60			

№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества										Минеральные вещества						Витамины					
			белки г	жиры г	угл.воды г	кбжу г	св. Са г	Нс г	Р г	К г	Мг г	Ca г	Na г	Fe г	В1 мг	С мг	А мкг	Б мкг						
№153/13	Рассолыжник Ленинградский с мясом, со сметаной	15/250/10	8,80	8,90	16,70	186,00	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20										
ТТК	Ежики домашние	100	19,00	20,80	13,60	318,00	18,00	24,00	164,00	2,00	0,08	4,00	0,00	6,00										
№492/13	Рагу овощное	180	4,20	8,00	13,80	143,00	53,00	29,00	101,00	1,20	0,68	11,00	0,96	0,80										
ТТК	Капустя кашеная д/г	100	1,80	0,10	3,00	23,00	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86										
№ 349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51										
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52										
ПОЛДИК	Итого за обед	945	41,30	39,07	124,80	1035,00	278,45	150,57	546,50	7,97	1,10	28,60	1,17	56,31										
№604/13	Пирог печеный с конфитуром	100	5,50	5,00	53,00	300,30	23,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60										
№543/13	Компот из айвысгнов	200	0,50	0,10	28,10	115,00	18,00	7,00	12,00	0,20	0,02	12,00	0,00	0,10										
ПОЛДИК	Итого за полдник	300	6,00	5,10	86,10	415,30	46,00	16,00	56,00	0,80	0,09	18,00	0,09	1,70										
ПОЛДИК	Итого за обед	2000	67,36	67,43	319,10	2200,30	889,65	253,95	1078,60	16,69	1,62	99,86	2,08	59,61										
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества										Минеральные вещества						Витамины					
			1										2						3					
			белки г	жиры г	угл.воды г	кбжу г	св. Са г	Нс г	Р г	К г	Мг г	Ca г	Na г	Fe г	В1 мг	С мг	А мкг	Б мкг						
ЗАВТРАК	ПТИЦИЦА	200	4,00	5,00	6,00	7,00	8,00	9,00	10,00	11,00	12,00	13,00	14,00	15,00										
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20										
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, со сливленым молоком	180/10	22,90	10,80	15,40	250,30	237,00	41,90	361,00	2,00	0,10	0,00	0,18	1,00										
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52										
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42										
ОБЕД	Итого за завтрак	670	30,07	11,92	92,00	619,30	305,70	84,75	481,70	7,44	0,39	4,03	0,18	2,14										
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с цыпленком	20/250	7,40	4,90	20,00	181,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44										
№294/17	Котлеты рубленные из птицы	100	14,98	23,57	15,50	299,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83										
№471/13	Картофель отварной	180	3,50	5,60	25,20	174,00	25,00	36,00	95,00	1,40	0,18	25,20	0,05	0,24										
ТТК	Кукуруза консервированная д/г	30	0,66	0,36	4,11	23,70	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86										
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20										
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42										
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52										
ПОЛДИК	Итого за обед	870	33,54	35,81	138,41	1045,20	234,45	138,17	476,90	8,19	0,71	43,08	7,123	52,51										
№606/13	Варушка с творогом	100	12,14	6,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80										
ТТК	Напиток из свежемороженых ягод	200	0,50	0,20	28,90	122,00	18,00	12,00	18,00	0,70	0,01	27,00	0,00	0,10										
ПОЛДИК	Итого за полдник	300	12,64	6,34	67,57	380,70	84,67	26,67	135,34	1,37	0,13	27,00	0,04	0,90										
ПОЛДИК	Итого за обед	1840	76,25	54,07	297,98	2045,20	624,82	249,59	1095,94	17,00	1,23	74,11	7,145	55,55										
№ рецеп	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества										Минеральные вещества						Витамины					

1	2	3	белки 4,00	жиры 5,00	углеводы 6,00	ккал 7,00	Са 8,00	Мg 9,00	P 10,00	Fe 11,00	В1 12,00	С 13,00	А 14,00	Е 15,00
ЗАВТРАК	СУББОТА													
№6/04	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	2,40	0,04	3,00	0,02	0,01	0,00	0,73	0,00
ТТК	Гуляш из филе куриного	50/50	16,00	11,80	3,30	184,00	18,00	19,00	155,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	23,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	570	35,56	31,47	107,15	878,00	206,60	229,29	595,90	9,31	0,62	3,30	20,80	2,54
№156/13	Суп крестьянский с крутой, с пышником и со сметаной	20/250/5	5,90	8,30	12,74	158,20	34,00	27,00	79,00	1,00	0,09	8,00	0,21	0,20
ТТК	Бурер буринный	150	16,50	12,70	30,00	270,50	14,70	29,40	113,00	1,96	0,09	6,00	0,04	0,70
ТТК	Картофель запеченный	180	3,80	5,40	21,60	151,00	25,00	36,00	95,00	1,40	0,18	25,20	0,05	0,24
№70/17	Огурец консервированный в/л	50	0,65	0,15	2,65	15,50	9,10	7,20	11,00	0,15	0,02	2,47	0,00	2,32
ТТК	Кисломолочный продукт	200	6,20	6,50	8,54	118,00	250,09	29,00	186,00	0,00	0,04	1,00	0,00	0,00
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ПОЛДНИК	Итого за обед	945	39,85	34,23	121,23	974,20	316,40	153,95	587,90	6,81	0,60	26,67	0,30	4,40
ТТК	Роталик с вареным ступенным молоком	100	4,08	6,00	24,00	130,00	11,20	8,00	30,80	0,48	0,06	3,20	0,01	0,08
№652/94	Отвар из шиповника	200	0,9	0,0	23,3	99,1	13,0	3,0	3,0	1,0	0,0	200,0	0,2	0,0
	Итого за полдник	300	4,93	6,00	47,32	229,14	24,20	11,00	39,80	1,48	0,07	200,20	0,17	0,08
	Итого за день:	1815	80,31	71,70	275,70	2081,34	607,20	394,24	1223,60	17,60	1,29	243,17	21,27	7,02
	Итого за 12 дней:	21026,00	887,61	775,93	3025,74	25381,06	7504,49	3574,69	12856,48	214,98	15,87	1077,46	326,74	501,80
	В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:	1819,67	73,97	64,66	302,15	2115,09	622,03	293,72	1074,71	17,92	1,32	156,45	27,25	40,82

ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОННОМ ПИТАНИИ
2023-2024г

Наименование группы продуктов	Рекомендуемое количество (г/шт) в день на одного ребенка в зависимости от возраста в %	Фактически выдано продуктов в литрах (весов) на одного человека												В среднем за 12 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Молоко	46,8	48	65	40	0	30	80	89	20	88	74	0	0	594,0	49,5	105,2
Творог	31,8	0	0	132	238	0	0	0	0	0	0	106	121	597,0	49,8	156,3
Сухое молоко	24	0	80	0	0	0	0	80	0	0	0	0	0	160,0	13,3	57,6
Рыба	46,2	26	0	104	0	0	126	0	0	64	0	0	0	220,0	26,7	57,2
Яйца	24	65	10	10	0	11,5	16	0	50	6	6	14	9	197,0	16,5	68,6
Молоко	210	196	0	10	75	50	162	216	182	178	233	37,5	174,5	1329,0	127,4	60,7
Булочки, печенье																
Продукты	108	0	0	0	0	200	0	110	0	0	0	0	200	510,0	42,5	39,4
Дрожжи	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	151	0	310,0	26,3	72,9
Сметана	6	0	10	0	0	16	10	0	10	10	10	6	5	77,0	6,4	166,9
Сыр	9	0	30	10	0	0	0	15	0	0	15	0	10	80,0	6,7	74,1
Масло с низким содержанием	21	28	19	27	23	12	21	29	18	16	23	18	21	255,0	21,3	101,2
Масло растительное	10,8	10	19,6	18	14,3	16	14	12	7	10	14	7	12	133,9	12,8	118,3
Макаронные изделия	12	0	60	0	68	0	0	0	0	61	20	0	0	209,0	17,4	145,1
Крупы, бобовые	20	116	73	56	0	51	8	106	44	56	12	0	73	595,0	49,6	165,3
Сахар	21	21	24	21	16	23	19	21	20	21	21	21	21	249,0	20,8	98,8
Картофель	112,2	75	30	162	171	50	164	50	213	20	140	223	225	1528,0	127,3	113,5
Овощи	192	105	143	153	100	152	152	118	143	194	245	86	126	1717,0	143,1	74,5
Сухофрукты	12	30	20	40	0	20	25	44,4	0	20	20	0	20	239,4	20,0	166,3
Чай	1,2	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	4,0	0,3	27,8
Кофейный напиток, какао	1,8	2	0	0	2	0	6	6	2	0	6	0	2	26,0	2,2	120,4
Фрукты	111	0	42	0	40	46,2	100	0	152	160	42	143,2	0	725,4	60,5	54,5
Сок	120	400	0	200	200	0	200	0	200	200	200	200	0	1800,0	150,0	125,0
Соль	1,8	1,8	2	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	21,8	1,8	100,9
Мука	12	31	34	34	31	34	31	31	34	34	34	34	34	382,0	31,8	265,3
Хлеб ржаной	72	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	960,0	80,0	111,1
Хлеб пшеничный	120	110	123	112	118	104,5	106	113	108	113	100	129	138	1374,5	114,5	95,5