

УТВЕРЖДАЮ

ИИ Игнаткина Н.А.



Н. А. Игнаткина

2023 год

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 9



им. П.Ф. Захарченко

И.И. Лебедь

2023 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(10-ти дневное)

**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН**

Сезон: зимне-весенний

Возраст: 7 - 11 лет

В том числе дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Прим пищи Планир т. день 1	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. в. г			
завтрак	КАША вязкая молочная из риса и пшена	200	7,6	9,6	31,9	245,9	175	2011
	Сыр полутвердый (порциями) п	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021
	Чай с сахаром п	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	Хлеб пшеничный формовой п	40	3	0,4	19,7	93,6	573	2021
	Хлеб ржаной п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	Пряники п***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	580	2021
Итого за завтрак:		500	17,4	15,8	85,7	555,9		
обед	ОВОЩИ консервированные (порциями) помидоры п**	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	Борщ с капустой и картофелем п *	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	Тфтели мясные 2 вариант	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	Макронные изделия отварные п	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	Соки овощные, фруктовые и ягодные п	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	Хлеб пшеничный формовой п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	Хлеб ржаной п	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	Фрукты свежие (яблоко) п*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:		890	25,5	23,8	109,3	741,1		
Итого за день:		1390	42,9	39,6	195	1297		

* - Допускается выдача иных фруктов

** - Допускается выдача иных овощей

*** - Допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прим пищи печень 1 день 2	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. бл, г			
завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы п**	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	100	10,6	13,2	14,3	218,5	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ п-ТТК	25	0,2	0,8	1,2	13	419- ТТК	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ п	155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,3	0,1	21,7	89,9	467	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		585	19,3	18,7	84,3	584,3		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ п	70	0,9	4,3	4,3	58,9	31	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п	200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ-ТТК	110	9,5	9	12	166,5	239	2011
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	3,2	7,7	23,9	173,1	145	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,9	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за обед:		795	26,9	27,5	95,5	730,2		
Итого за день:		1380	46,2	46,2	179,8	1314,5		

** - Допускается выдача иных овощей

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

Прем пищи тепловая денгь 3	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. в. г			
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЙМИ) помидоры п**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные-тгк	110	9,5	11	12	166,5	486-тгк	2021
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ п	150	4,1	6	8,7	105	377-тгк	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-тгк	30	0,3	1	1,4	15,7	419-тгк	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ п	200	0,6	0,1	20,1	84	495-тгк	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		600	18,8	18,7	66,1	489,2		
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	0,1	4,4	23,6	56	2011
	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ п	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	13,3	17,5	29,8	430,9	263	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
Итого за обед:		745	22,4	23,5	113,1	858,4		
Итого за день:		1345	41,2	42,2	179,2	1347,6		

** - Допускается выдача иных овощей

*** - Допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

Прем пищи поздний день	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. в. г.			
завтрак	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	180	14,4	14,4	42,7	360	30	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	301-ТТК	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ "	200	0,2	0,1	9,3	38	256	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ "	20	1,5	0,2	9,8	46,8	457	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ "	20	1,6	0,3	8	41,2	573	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0,4	0,4	9,8	44	574	2021
Итого за завтрак:		535	19,2	16,7	87,9	579,1		
обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ "	60	0,7	3,1	3,3	43,8	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯп	200	2	3,1	8,9	71,4	128	2021
	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	9,5	16,4	2,3	274,5	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ "	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ "	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ "	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ "	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за обед:		905	23,5	27,3	97,5	808,7		
Итого за день:		1440	42,7	44	185,4	1387,8		

* - Допускается выдача иных фруктов

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

ПЯТНИЦА									
Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. в.г.				
Полдней в день									
5									
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ "	60	1	3,6	4,9	56,4	9	2021	
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-ТТК	180	12,5	13,9	32,2	294,8	375-ТТК	2021	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ "	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ "	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ "	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)п*	100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021	
	Итого за завтрак:		580	20,2	20,7	76	565,2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) отУ	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ "	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021	
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	8,1	265,4	297	2011	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)п-ТТК	150	4,1	5,8	23,8	112,9	400-ТТК	2021	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ "	200	1	0,2	20,2	86	501	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ "	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ "	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021	
Итого за обед:		795	26,3	25,7	97,3	720			
Итого за день:		1375	46,5	46,4	173,3	1285,2			

* - Допускается выдача иных фруктов

** - Допускается выдача иных овощей

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

Прим пищи неделя 7 день 1	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. бл.г				
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ п	200	8,2	6,4	36,9	239,5	56	2011	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	260	2011	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3	0	35,8	223	2021	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	501	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021	
	Итого за завтрак:		500	20,1	20,5	86,5	611,4		
	обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы п**	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ п	200	2,1	2,8	7,5	64	115	2021
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,4	22,9	31,1	432,1	259	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ п		200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021	
Итого за обед:		830	22,4	27,1	101,2	786,1			
Итого за день:		1330	42,5	47,6	187,7	1397,5			

* - Допускается выдача иных фруктов

** - Допускается выдача иных овощей

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

Прем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. бл, г			
Неделя 2 День 2								
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) отруцы п**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100	10,8	10,2	13,6	276,6	326	2016
	МАКРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-п-тгк	25	0,2	0,8	1,2	13	419-тгк	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		575	20,2	16,7	74,2	613,7		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК п	60	0,6	3,7	4,5	53,4	22	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ п-тгк	100	12,8	4,1	5,9	112,6	308-тгк	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	3,9	11,8	29,4	239,9	142	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за обед:		805	24	24	98,9	709		
Итого за день:		1380	44,2	40,7	173,1	1322,7		

** - Допускается выдача иных овощей

сезон: зимне-весенний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

Пример пищи Понедельник 2-Дети 3	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)п	60	1,1	5,3	4,6	70,8	150	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ-ТТК	150	13,5	11,6	3,5	201,2	268-ТТК	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
Итого за завтрак:		560	19,4	18,6	67,7	545,4		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ п	60	0,8	3,7	4,6	54,6	26	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п	200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	ТЕФТЕЛЛИ МАСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ п	155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за обед:		805	27,5	25,4	98,5	722,4		
Итого за день:		1365	46,9	44	166,2	1267,8		

* - Допускается выдача иных фруктов

*** - Допускается выдача иных кондитерских изделий

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Понеделье 2 День 4								
завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ "	60	0,5	3,6	1,6	40,8	16	2021
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	110	9,5	9	12	166,5	239	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ "	150	4,1	6	8,7	105	377	2021
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА "	200	0,7	0,3	18,3	78	496	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ "	25	1,9	0,2	15,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ "	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		565	18,3	19,4	63,9	490		
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ "	70	1	4,2	5,9	65,9	1	2021
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ "	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021
	ГУЛЯШИ	100	10,6	14,9	2,9	309	260	2011
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	155	2,3	4,6	26,4	155,2	324	2008
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД "	200	0,1	0,1	11,1	46	486	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ "	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ "	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за обед:		815	23,1	28,9	97,5	863,1		
Итого за день:		1380	41,4	48,3	161,4	1353,1		

Присл. пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборные рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углевод. др., г			
Неделя 2 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	60	0,3	3,7	4,6	55,2	236	2012
	ПЛОВ ИЗ МЯСА	160	11,7	13,52	27,7	331,2	79	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ п	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	110	0,4	0,4	10,8	48,4	82	2021
Итого за завтрак:		580	16,6	18,22	75,4	586,2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры п**	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА-ТТК	100	14,9	18	30,5	299,8	294-ТТК	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ вязкая п	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за обед:		880	26,2	26	115	753,7		
Итого за день:*		1460	42,8	44,22	190,4	1339,9		

* - Допускается выдача иных фруктов

** - Допускается выдача иных овощей

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. в, г	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	560	18,98	18,12	80	554,74
СанПин 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20 % от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25 % от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,65	22,94	23,88	23,61

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. в, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
СанПин 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32,36	32,35	30,61	32,84

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. в, г	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	1386	43,9	43,68	182,54	1326,42
СанПин 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60 % от суточной нормы:		46,2	47,2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		57,01	55,29	54,49	56,44

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. бл., г	
фактически:	556	18,92	18,684	73,54	569,34
СанПин 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 20 % от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПин 25 % от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		25	23,65	21,95	24,23

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

Итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. бл., г	
фактически:	827	24,64	26,28	102,22	766,86
СанПин 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПин 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32,00	33,27	30,51	32,63

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

Итого за 5 дней (вторую неделю) в среднем	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. бл., г	
фактически:	1383	43,56	44,964	175,76	1336,2
СанПин 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПин 50 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПин 60 % от суточной нормы:		46,2	47,2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		56,57	56,92	52,47	56,86

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	Суммарный белок, г/сутки	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	500	17,4	15,8	85,7	555,9
2 ДЕНЬ	585	19,3	18,7	84,3	584,3
3 ДЕНЬ	600	18,8	18,7	66,1	489,2
4 ДЕНЬ	535	19,2	16,7	87,9	579,1
5 ДЕНЬ	580	20,2	20,7	76	565,2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	560	18,98	18,12	80	554,74
6 ДЕНЬ	500	20,1	20,5	86,5	611,4
7 ДЕНЬ	575	20,2	16,7	74,2	613,7
8 ДЕНЬ	560	19,4	18,6	67,7	545,4
9 ДЕНЬ	565	18,3	19,4	63,9	490
10 ДЕНЬ	580	16,6	18,22	75,4	586,2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	556	18,92	18,684	73,54	569,34
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):	558	18,95	18,402	76,77	562,04

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод. в, г	
1 ДЕНЬ	890	25,5	23,8	109,3	741,1
2 ДЕНЬ	795	26,9	27,5	95,5	730,2
3 ДЕНЬ	745	22,4	23,5	113,1	858,4
4 ДЕНЬ	905	23,5	27,3	97,5	808,7
5 ДЕНЬ	795	26,3	25,7	97,3	720
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
6 ДЕНЬ	830	22,4	27,1	101,2	786,1
7 ДЕНЬ	805	24	24	98,9	709
8 ДЕНЬ	805	27,5	25,4	98,5	722,4
9 ДЕНЬ	815	23,1	28,9	97,5	863,1
10 ДЕНЬ	880	26,2	26	115	753,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	827	24,64	26,28	102,22	766,86
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):	826,5	24,78	25,92	102,38	769,27