

УТВЕРЖДАЮ  
ИП КОЗЛОВ В. И.



В. И. Козлов  
«*В.И. Козлов*» 2025год

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ СОШ № 2  
им. А.П. Маресьева

«*Р.Х. Хубиев*» 2025год

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ**  
**(10 – ти дневное)**  
**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН**

Сезон: осенний

Возраст: 7 - 11 лет

сезон: осенний  
 возрастная категория: 7-11 лет  
 понедельник

| понеделник      |                              |              |                  |         |              |                               |              |                  |
|-----------------|------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи      | Наименование блюда           | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|                 |                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1 день 1 |                              |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак         | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)   | 8            | 0,03             | 5,76    | 0,16         | 52,96                         | 79           | 2021             |
|                 | СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)   | 12           | 2,78             | 3,54    | 0            | 42,96                         | 75           | 2021             |
|                 | КАША «ДРУЖБА»                | 200          | 5,07             | 6,44    | 26,93        | 185,94                        | 229          | 2021             |
|                 | КАКАО С МОЛОКОМ              | 200          | 3,3              | 2,9     | 13,8         | 94                            | 462          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68        | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 15           | 1,2              | 0,23    | 6,02         | 30,9                          | 574          | 2021             |
|                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 44                            | 82           | 2021             |
|                 | Итого за завтрак:            | 575          | 15,82            | 19,59   | 76,39        | 544,36                        |              |                  |
| Обед            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ     | 60           | 0,84             | 3,66    | 4,56         | 54,64                         | 26           | 2021             |
|                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ  | 200          | 5,04             | 2,86    | 11,68        | 92,62                         | 113          | 2021             |
|                 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ     | 110          | 11,11            | 13,75   | 11,44        | 204,6                         | 279          | 2011             |
|                 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант) | 180          | 3,42             | 5,04    | 16,84        | 121,55                        | 177          | 2021             |
|                 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         | 200          | 0,67             | 0,27    | 18,3         | 78                            | 496          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68        | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 35           | 2,8              | 0,53    | 14,04        | 72,1                          | 574          | 2021             |
|                 | Итого за обед:               | 825          | 26,92            | 26,43   | 96,54        | 717,11                        |              |                  |
| Всего за день:  |                              |              | 42,74            | 46,02   | 172,93       | 1261,47                       |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

| вторник                               |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |
|---------------------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прим пищи                             | Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|                                       |                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1 день 2                       |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак                               | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ            | 60           | 0,87             | 3,61    | 5,05         | 56,52                         | 1            | 2021             |
| Или (в переходный период)             | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ        | 60           | 0,96             | 3,6     | 4,92         | 56,4                          | 9            | 2021             |
|                                       | НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ                         | 100          | 10,8             | 10,2    | 13,62        | 189,48                        | 326-тТК      | 2016             |
|                                       | ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 150          | 4,05             | 6       | 8,7          | 105,03                        | 377          | 2021             |
|                                       | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ        | 200          | 1                | 0,2     | 20,2         | 86                            | 501          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20           | 1,52             | 0,16    | 9,84         | 46,8                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                       |                                          | 550          | 19,84            | 20,47   | 65,43        | 525,03                        |              |                  |
| Итого за завтрак:                     |                                          | 550          | 19,93            | 20,46   | 65,3         | 524,91                        |              |                  |
| Итого за завтрак в переходный период: |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Обед                                  | САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ       | 80           | 1,2              | 4,97    | 6,09         | 73,69                         | 30           | 2021             |
|                                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 220          | 8,67             | 8,2     | 15,71        | 171,66                        | 104          | 2011             |
|                                       | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ        | 100          | 10,99            | 5,86    | 5,74         | 120,72                        | 229          | 2011             |
|                                       | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ                      | 150          | 2,33             | 3,04    | 24,2         | 133,57                        | 218          | 2021             |
|                                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200          | 0,6              | 0,1     | 20,1         | 84                            | 495          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 35           | 2,66             | 0,28    | 17,22        | 81,9                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                       |                                          | 805          | 28,05            | 22,75   | 97,08        | 706,74                        |              |                  |
| Итого за обед:                        |                                          |              | 47,89            | 43,22   | 162,51       | 1231,77                       |              |                  |
| Всего за день:                        |                                          |              | 47,98            | 43,21   | 162,38       | 1231,65                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период:    |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

| среда                              |                                            | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------------|--------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                         | Наименование блюда                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1 день 3                    |                                            |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак                            | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                       | 150          | 10,15            | 13,04   | 13,73        | 212,86                        | 224-ггк      | 2008             |
|                                    | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                           | 20           | 1,44             | 1,71    | 11,11        | 65,4                          | 471          | 2021             |
|                                    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                 | 200          | 2,8              | 2,5     | 13,6         | 88                            | 465          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 30           | 2,28             | 0,24    | 14,76        | 70,2                          | 573          | 2021             |
|                                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                              | 110          | 0,44             | 0,44    | 10,78        | 48,4                          | 82           | 2021             |
| Итого за завтрак:                  |                                            | 510          | 17,11            | 17,93   | 63,98        | 484,86                        |              |                  |
| Обед                               | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ                  | 60           | 0,6              | 3,72    | 2,16         | 44,44                         | 17           | 2021             |
| Или (в переходный период)          | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ                  | 60           | 0,78             | 3,66    | 4,38         | 53,44                         | 27           | 2021             |
|                                    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ пшенной          | 200          | 1,58             | 2,17    | 9,69         | 64,6                          | 101          | 2011             |
|                                    | МЯСО ПО-ТАЙСКИ                             | 100          | 10,91            | 11,08   | 7,46         | 173,29                        | 24-ггк       | 2021             |
|                                    | ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 150          | 4,13             | 5,81    | 23,84        | 164,17                        | 400-ггк      | 2021             |
|                                    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД             | 200          | 0,1              | 0,1     | 11,1         | 46                            | 486          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 50           | 3,8              | 0,4     | 24,6         | 117                           | 573          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 30           | 2,4              | 0,45    | 12,03        | 61,8                          | 574          | 2021             |
|                                    | ВАФЛИ                                      | 20           | 0,56             | 0,66    | 15,46        | 70,8                          | 580          | 2021             |
|                                    | Итого за обед:                             | 810          | 24,08            | 24,39   | 106,34       | 742,1                         |              |                  |
| Итого за обед в переходный период: |                                            | 810          | 24,26            | 24,33   | 108,56       | 751,1                         |              |                  |
| Всего за день:                     |                                            |              | 41,19            | 42,32   | 170,32       | 1226,96                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период: |                                            |              | 41,37            | 42,26   | 172,54       | 1235,96                       |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

| четверг                               |                                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                            | Наименование блюда                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1 день 4                       |                                   | 60           | 0,75             | 3,09    | 3,52         | 45,75                         | 2            | 2021             |
| Завтрак                               | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ                  | 60           | 0,75             | 3,09    | 3,52         | 45,75                         | 2            | 2021             |
| Или (в переходный период)             | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                   | 60           | 0,9              | 2,16    | 5,1          | 43,16                         | 53           | 2021             |
|                                       | КОТЛЕТЫ КИЕВСКИЕ                  | 100          | 10,2             | 11,6    | 10,9         | 188,8                         | 25-тгк       | 2025             |
|                                       | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ       | 150          | 5,55             | 4,95    | 29,55        | 184,5                         | 256          | 2021             |
|                                       | ЧАЙ С САХАРОМ                     | 200          | 0,2              | 0,1     | 9,3          | 38                            | 457          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 20           | 1,52             | 0,16    | 9,84         | 46,8                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
| Итого за завтрак:                     |                                   | 550          | 19,82            | 20,2    | 71,13        | 545,05                        |              |                  |
| Итого за завтрак в переходный период: |                                   | 550          | 19,97            | 19,27   | 72,71        | 542,46                        |              |                  |
| Обед                                  | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ           | 70           | 0,49             | 4,2     | 1,26         | 44,82                         | 14           | 2021             |
| Или (в переходный период)             | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 70           | 0,56             | 4,2     | 1,82         | 47,6                          | 16           | 2021             |
|                                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ       | 200          | 5,04             | 2,86    | 11,68        | 92,62                         | 113          | 2021             |
|                                       | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ               | 200          | 13,39            | 17,47   | 30,69        | 329,94                        | 328          | 2021             |
|                                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 200          | 0,6              | 0,1     | 20,1         | 84                            | 495          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 30           | 2,28             | 0,24    | 14,76        | 70,2                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                       | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                     | 110          | 0,44             | 0,44    | 10,78        | 48,4                          | 82           | 5021             |
|                                       | Итого за обед:                    | 830          | 23,84            | 25,61   | 97,29        | 711,18                        |              |                  |
| Итого за обед в переходный период:    |                                   | 830          | 23,91            | 25,61   | 97,85        | 713,96                        |              |                  |
| Всего за день:                        |                                   |              | 43,66            | 45,81   | 168,42       | 1256,23                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период:    |                                   |              | 43,88            | 44,88   | 170,56       | 1256,42                       |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

пятница

| пятница                               |                                                   | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                            | Наименование блюда                                |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1 день 5                       |                                                   |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак                               | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)                           | 60           | 0,42             | 0,06    | 1,14         | 6,6                           | 148          | 2021             |
| Или (в переходный период)             | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)                 | 60           | 0,48             | 0,06    | 1,02         | 6,6                           | 149          | 2021             |
|                                       | ПЛОВ из мяса                                      | 200          | 13,93            | 16,1    | 32,96        | 332,48                        | 14-ттк       | 2021             |
|                                       | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ                 | 200          | 1                | 0,2     | 20,2         | 86                            | 501          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 30           | 2,28             | 0,24    | 14,76        | 70,2                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
| Итого за завтрак:                     |                                                   | 510          | 19,23            | 16,9    | 77,08        | 536,48                        |              |                  |
| Итого за завтрак в переходный период: |                                                   | 510          | 19,29            | 16,9    | 76,96        | 536,48                        |              |                  |
| Обед                                  | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый) | 65           | 1,86             | 2,35    | 3,28         | 41,48                         | 157          | 2021             |
|                                       | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ                                | 200          | 2                | 3,08    | 8,9          | 71,4                          | 18-ттк       | 2021             |
|                                       | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ           | 100          | 12,57            | 15,2    | 8,11         | 219,6                         | 297          | 2011             |
|                                       | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)                      | 150          | 2,85             | 4,2     | 14,03        | 101,27                        | 177          | 2021             |
|                                       | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ                            | 200          | 0,2              | 0,2     | 23,8         | 98                            | 476          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                    | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68        | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 30           | 2,4              | 0,45    | 12,03        | 61,8                          | 574          | 2021             |
|                                       | ПЕЧЕНЬЕ                                           | 20           | 1,5              | 1,96    | 14,88        | 83                            | 582          | 2021             |
|                                       | Итого за обед:                                    | 805          | 26,42            | 27,76   | 104,71       | 770,15                        |              |                  |
| Всего за день:                        |                                                   |              | 45,65            | 44,66   | 181,79       | 1306,63                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период:    |                                                   |              | 45,71            | 44,66   | 181,67       | 1306,63                       |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

| Понедельник                        |                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
|------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                         | Наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|                                    |                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Угледо-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 2 день 1                    |                                   |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак                            | СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)        | 10           | 2,32             | 2,95    | 0           | 35,8                          | 75           | 2021             |
|                                    | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ      | 200          | 8,28             | 7,49    | 36,26       | 245,53                        | 225          | 2021             |
|                                    | КАКАО С МОЛОКОМ                   | 200          | 3,3              | 2,9     | 13,8        | 94                            | 462          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 20           | 1,52             | 0,16    | 9,84        | 46,8                          | 573          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 15           | 1,2              | 0,23    | 6,02        | 30,9                          | 574          | 2021             |
|                                    | БЛИНЧИКИ из п/ф                   | 45           | 1,76             | 3,65    | 12,23       | 88,89                         | 3-тгк        |                  |
|                                    | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ                  | 15           | 1,08             | 1,28    | 8,33        | 49,05                         | 471          | 2021             |
|                                    | Итого за завтрак:                 | 505          | 19,46            | 18,66   | 86,48       | 590,97                        |              |                  |
| Обед                               | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)           | 60           | 0,42             | 0,06    | 1,14        | 6,6                           | 148          | 2021             |
| Или (в переходный период)          | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) | 60           | 0,48             | 0,06    | 1,02        | 6,6                           | 149          | 2021             |
|                                    | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ      | 200          | 1,48             | 3,54    | 5,56        | 60,01                         | 95           | 2021             |
|                                    | РАГУ ИЗ СВИНИНЫ                   | 220          | 14,65            | 19,26   | 29,8        | 351,14                        | 15-тгк       |                  |
|                                    | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 200          | 0,6              | 0,1     | 20,1        | 84                            | 495          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68       | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 30           | 2,4              | 0,45    | 12,03       | 61,8                          | 574          | 2021             |
|                                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                     | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8         | 44                            | 82           | 2021             |
|                                    | Итого за обед:                    | 850          | 22,99            | 24,13   | 98,11       | 701,15                        |              |                  |
| Итого за обед в переходный период: |                                   | 850          | 23,05            | 24,13   | 97,99       | 701,15                        |              |                  |
| Всего за день:                     |                                   |              | 42,45            | 42,79   | 184,59      | 1292,12                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период: |                                   |              | 42,51            | 42,79   | 184,47      | 1292,12                       |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

вторник

| вторник                               |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |
|---------------------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                            | Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|                                       |                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 2 день 2                       |                                          | 60           | 0,42             | 0,06    | 1,14         | 6,61                          | 148          | 2021             |
| Завтрак                               | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)                  | 60           | 0,48             | 0,06    | 1,02         | 6,6                           | 149          | 2021             |
| Или (в переходный период)             | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)        | 60           | 0,48             | 0,06    | 1,02         | 6,6                           | 149          | 2021             |
|                                       | БИТОЧКИ «АППЕТИТНЫЕ»                     | 90           | 11,6             | 16,7    | 24,98        | 296,7                         | 268-тгк      | 2011             |
|                                       | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ                    | 150          | 3,93             | 3,25    | 23,09        | 137,09                        | 223,2021     | 2011             |
|                                       | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                            | 200          | 0,3              | 0,1     | 9,5          | 40                            | 459          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20           | 1,52             | 0,16    | 9,84         | 46,8                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                       | Итого за завтрак:                        | 540          | 19,37            | 20,57   | 76,57        | 568,4                         |              |                  |
| Итого за завтрак в переходный период: |                                          | 540          | 19,43            | 20,57   | 76,45        | 568,39                        |              |                  |
| Обед                                  | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ            | 60           | 0,87             | 3,6     | 5,04         | 56,43                         | 102          | 2021             |
| Или (в переходный период)             | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ        | 60           | 0,96             | 3,6     | 4,92         | 56,4                          | 9            | 2021             |
|                                       | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 200          | 2,32             | 3,32    | 9,76         | 78,18                         | 129          | 2021             |
|                                       | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ              | 90           | 12,56            | 8,51    | 6,51         | 153,42                        | 9-тгк        | 2021             |
|                                       | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ      | 180          | 3,9              | 11,79   | 29,44        | 239,94                        | 142          | 2015             |
|                                       | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ        | 200          | 1                | 0,2     | 20,2         | 86                            | 501          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68        | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                       | ВАФЛИ                                    | 20           | 0,56             | 0,66    | 15,46        | 70,8                          | 580          | 2021             |
|                                       | Итого за обед:                           | 810          | 25,85            | 28,7    | 114,11       | 819,57                        |              |                  |
|                                       | Итого за обед в переходный период:       |              | 810              | 25,94   | 28,7         | 113,99                        | 819,54       |                  |
| Всего за день:                        |                                          |              | 45,22            | 49,27   | 190,68       | 1387,97                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период:    |                                          |              | 45,37            | 49,27   | 190,44       | 1387,93                       |              |                  |



сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

среда

среда

| Прием пищи      | Наименование блюда                           | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|-----------------|----------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                 |                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 2 день 3 |                                              |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак         | ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)          | 60           | 1,14             | 5,34    | 4,62         | 70,8                          | 150          | 2021             |
|                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                            | 150          | 13,5             | 13,7    | 2,6          | 187,7                         | 210-тгк      | 2011             |
|                 | КИСЕЛЬ из концентрата плодового или ягодного | 200          | 0                | 0       | 23,8         | 95,2                          | 484          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68        | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 44                            | 82           | 2021             |
|                 | Итого за завтрак:                            | 570          | 19,68            | 20,06   | 68,52        | 532,5                         |              |                  |
| Обед            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ           | 60           | 0,9              | 3,72    | 4,56         | 55,24                         | 30           | 2021             |
|                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                  | 220          | 5,54             | 3,15    | 12,85        | 101,87                        | 113          | 2021             |
|                 | ЛЮЛЯ-КЕБАБ из свинины                        | 100          | 12,6             | 10,78   | 8,03         | 179,54                        | 10-тгк       |                  |
|                 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)                 | 180          | 3,42             | 5,04    | 16,84        | 121,55                        | 177          | 2021             |
|                 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                         | 200          | 0,67             | 0,27    | 18,3         | 78                            | 496          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                               | 40           | 3,04             | 0,32    | 19,68        | 93,6                          | 573          | 2021             |
|                 | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                                | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 44                            | 82           | 2021             |
| Итого за обед:  |                                              | 920          | 28,17            | 23,98   | 98,08        | 715                           |              |                  |
| Всего за день:  |                                              |              | 47,85            | 44,04   | 166,6        | 1247,5                        |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

четверг

| Прием пищи                         | Наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                    |                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 2 день 4                    |                                   |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак                            | САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ И МОРКОВИ         | 60           | 0,78             | 3,66    | 4,38         | 53,44                         | 279          | 2021             |
|                                    | РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 90           | 9,9              | 5,33    | 5,19         | 109,08                        | 229          | 2011             |
|                                    | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                 | 150          | 4,05             | 6       | 8,7          | 105,03                        | 377          | 2021             |
|                                    | ЧАЙ С САХАРОМ                     | 200          | 0,2              | 0,1     | 9,3          | 38                            | 457          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 30           | 2,28             | 0,24    | 14,76        | 70,2                          | 573          | 2021             |
|                                    | БУЛОЧКА К ЧАЮ                     | 50           | 2,83             | 1,94    | 25,85        | 132,18                        | 442          | 2011             |
| Итого за завтрак:                  |                                   | 580          | 20,04            | 17,27   | 68,18        | 507,93                        |              |                  |
| Обед                               | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)           | 60           | 0,42             | 0,06    | 1,14         | 6,6                           | 148          | 2021             |
| Или (в переходный период)          | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) | 60           | 0,48             | 0,06    | 1,02         | 6,6                           | 149          | 2021             |
|                                    | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ                | 200          | 2                | 3,08    | 8,9          | 71,4                          | 18-тгк       | 2021             |
|                                    | ГУЛЯШ                             | 110          | 11,7             | 20,01   | 3,18         | 239,61                        | 260          | 2011             |
|                                    | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ               | 160          | 4,38             | 4,15    | 26,67        | 161,45                        | 225          | 2021             |
|                                    | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 200          | 0,6              | 0,1     | 20,1         | 84                            | 495          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 35           | 2,66             | 0,28    | 17,22        | 81,9                          | 573          | 2021             |
|                                    | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                     | 120          | 0,48             | 0,48    | 11,76        | 52,8                          | 52           | 2021             |
|                                    | Итого за обед:                    | 905          | 23,84            | 28,46   | 96,99        | 738,96                        |              |                  |
| Итого за обед в переходный период: |                                   | 905          | 23,9             | 28,46   | 96,87        | 738,96                        |              |                  |
| Всего за день:                     |                                   |              | 43,88            | 45,73   | 165,17       | 1246,89                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период: |                                   |              | 43,94            | 45,73   | 165,05       | 1246,89                       |              |                  |

сезон: осенний

возрастная категория: 7-11 лет

пятница

| пятница                               |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |
|---------------------------------------|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
| Прием пищи                            | Наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|                                       |                                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод-ы, г |                               |              |                  |
| Неделя 2 день 5                       |                                          |              |                  |         |              |                               |              |                  |
| Завтрак                               | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)                  | 60           | 0,42             | 0,06    | 1,14         | 6,61                          | 148          | 2021             |
| Или (в переходный период)             | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)        | 60           | 0,48             | 0,06    | 1,02         | 6,6                           | 149          | 2021             |
|                                       | ПТИЦА или кролик, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ       | 100          | 10,5             | 15,4    | 4,5          | 198,6                         | 290          | 2011             |
|                                       | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКА                     | 150          | 4,49             | 4,13    | 20,3         | 136,2                         | 213          | 2021             |
|                                       | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                            | 200          | 0,3              | 0,1     | 9,5          | 40                            | 459          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30           | 2,28             | 0,24    | 14,76        | 70,2                          | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 20           | 1,6              | 0,3     | 8,02         | 41,2                          | 574          | 2021             |
|                                       | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ                            | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 44                            | 82           | 2021             |
|                                       | Итого за завтрак:                        | 660          | 19,99            | 20,63   | 68,02        | 536,81                        |              |                  |
| Итого за завтрак в переходный период: |                                          | 660          | 20,05            | 20,63   | 67,9         | 536,8                         |              |                  |
| Обед                                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                  | 60           | 1,81             | 4,97    | 4,51         | 70,11                         | 31           | 2021             |
|                                       | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 200          | 2,32             | 3,3     | 9,76         | 78,18                         | 129          | 2021             |
|                                       | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                          | 120          | 8,92             | 5,7     | 12,79        | 138,28                        | 315          | 2016             |
|                                       | КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ  | 150          | 3,63             | 5,93    | 20,51        | 150,14                        | 151          | 2012             |
|                                       | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ               | 200          | 2,8              | 2,5     | 13,6         | 88                            | 465          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 50           | 3,8              | 0,4     | 24,6         | 117                           | 573          | 2021             |
|                                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 30           | 2,4              | 0,45    | 12,03        | 61,8                          | 574          | 2021             |
|                                       | Итого за обед:                           | 810          | 25,68            | 23,28   | 97,8         | 703,51                        |              |                  |
| Всего за день:                        |                                          |              | 45,67            | 43,91   | 165,82       | 1240,32                       |              |                  |
| Всего за день в переходный период:    |                                          |              | 45,73            | 43,91   | 165,7        | 1240,31                       |              |                  |

| ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)                |           |                  |       |          |                            |
|----------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически: | 539,0     | 18,4             | 19,0  | 70,8     | 527,2                      |
| 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                           |           | 23,8             | 24,1  | 21,1     | 22,4                       |

| ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)               |           |                  |        |          |                            |
|------------------------------------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                                            | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                            |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |
| итого обеды за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически: | 815       | 25,862           | 25,388 | 100,392  | 729,456                    |
| 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                       |           | 33,6             | 32,1   | 30,0     | 31,0                       |

| ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) |           |                  |       |          |                            |
|---------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                         |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:    |           | 44,23            | 44,41 | 171,19   | 1256,61                    |
| 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             | 47,4  | 201      | 1410                       |
| выход норм в % соотношении за 5 дней                    |           | 57,4             | 56,2  | 51,1     | 53,5                       |

| ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)                |           |                  |       |          |                            |
|----------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически: | 571,0     | 19,7             | 19,4  | 73,6     | 547,3                      |
| 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                           |           | 25,6             | 24,6  | 22,0     | 23,3                       |

| ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)                |           |                  |       |          |                            |
|-------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически: | 859       | 25,306           | 25,71 | 101,018  | 735,638                    |
| 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                        |           | 32,9             | 32,5  | 30,2     | 31,3                       |

| ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) |           |                  |       |          |                            |
|---------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                         |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:   |           | 45,01            | 45,15 | 174,57   | 1282,96                    |
| 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             | 47,4  | 201      | 1410                       |
| выход норм в % соотношении за 5 дней                    |           | 58,5             | 57,1  | 52,1     | 54,6                       |

| ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ<br>7-11 ЛЕТ | суммарный<br>вес блюд | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность |
|------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                                            |                       | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |
| 1 ДЕНЬ                                                     | 575                   | 16               | 20     | 76       | 544                        |
| 2 ДЕНЬ                                                     | 550                   | 19,84            | 20,47  | 65,43    | 525,03                     |
| 3 ДЕНЬ                                                     | 510                   | 17,11            | 17,93  | 63,98    | 484,86                     |
| 4 ДЕНЬ                                                     | 550                   | 19,82            | 20,2   | 71,13    | 545,05                     |
| 5 ДЕНЬ                                                     | 510                   | 19               | 17     | 77       | 536                        |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:                          | 539,00                | 18,36            | 19,02  | 70,80    | 527,16                     |
| 6 ДЕНЬ                                                     | 505                   | 19,46            | 18,66  | 86,48    | 590,97                     |
| 7 ДЕНЬ                                                     | 540                   | 19,37            | 20,57  | 76,57    | 568,4                      |
| 8 ДЕНЬ                                                     | 570                   | 19,68            | 20,06  | 68,52    | 532,5                      |
| 9 ДЕНЬ                                                     | 580                   | 20,04            | 17,27  | 68,18    | 507,93                     |
| 10 ДЕНЬ                                                    | 660                   | 19,99            | 20,63  | 68,02    | 536,81                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:                          | 571,00                | 19,71            | 19,44  | 73,55    | 547,32                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)                       | 555                   | 19,036           | 19,228 | 72,178   | 537,239                    |
|                                                            |                       |                  |        |          |                            |

| ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ<br>7-11 ЛЕТ | суммарный<br>вес блюд | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------------------------------------------|-----------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                                          |                       | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |
| 1 ДЕНЬ                                                   | 825                   | 27               | 26     | 97       | 717                        |
| 2 ДЕНЬ                                                   | 805                   | 28,05            | 22,75  | 97,08    | 706,74                     |
| 3 ДЕНЬ                                                   | 810                   | 24,08            | 24,39  | 106,34   | 742,1                      |
| 4 ДЕНЬ                                                   | 830                   | 23,84            | 25,61  | 97,29    | 711,18                     |
| 5 ДЕНЬ                                                   | 805                   | 26,42            | 27,76  | 104,71   | 770,15                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:                        | 815,00                | 25,86            | 25,39  | 100,39   | 729,46                     |
| 6 ДЕНЬ                                                   | 850                   | 22,99            | 24,13  | 98,11    | 701,15                     |
| 7 ДЕНЬ                                                   | 810                   | 25,85            | 28,7   | 114,11   | 819,57                     |
| 8 ДЕНЬ                                                   | 920                   | 28,17            | 23,98  | 98,08    | 715                        |
| 9 ДЕНЬ                                                   | 905                   | 23,84            | 28,46  | 96,99    | 738,96                     |
| 10 ДЕНЬ                                                  | 810                   | 25,68            | 23,28  | 97,8     | 703,51                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:                        | 859,00                | 25,31            | 25,71  | 101,02   | 735,64                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)                        | 837                   | 25,584           | 25,549 | 100,705  | 732,547                    |

## ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД

| ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД |           |                  |       |          |                            |
|---------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:      | 539,0     | 18,4             | 18,8  | 71,1     | 526,6                      |
| 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                                |           | 23,9             | 23,8  | 21,2     | 22,4                       |

| ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД |           |                  |        |          |                            |
|------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                  |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |
| итого обеды за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:       | 815       | 25,912           | 25,376 | 100,948  | 731,812                    |
| 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                             |           | 33,7             | 32,1   | 30,1     | 31,1                       |

| ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД |           |                  |       |          |                            |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого за 5 дней(первая неделя) в среднем фактически:                        |           | 44,34            | 44,21 | 172,02   | 1258,43                    |
| 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             | 47,4  | 201      | 1410                       |
| выход норм в % соотношении за 5 дней                                        |           | 57,6             | 56,0  | 51,3     | 53,6                       |

| ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД |           |                  |       |          |                            |
|---------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                     |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:      | 571,0     | 19,7             | 19,4  | 73,5     | 547,3                      |
| 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                                |           | 25,6             | 24,6  | 21,9     | 23,3                       |

| ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД |           |                  |       |          |                            |
|------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:      | 859       | 25,35            | 25,71 | 100,95   | 735,63                     |
| 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                             |           | 32,9             | 32,5  | 30,1     | 31,3                       |

| ИТОГО : ЗАВТРАК+ОБЕД= 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ) — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД |           |                  |       |          |                            |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|                                                                             |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |
| итого за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:                       |           | 45,08            | 45,15 | 174,45   | 1282,95                    |
| 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             | 47,4  | 201      | 1410                       |
| выход норм в % соотношении за 5 дней                                        |           | 58,5             | 57,1  | 52,1     | 54,6                       |



| ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ<br>7-11 ЛЕТ — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД | суммарный<br>вес блюд | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                                                                |                       | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |
| 1 ДЕНЬ                                                                         | 575                   | 16               | 20     | 76       | 544                        |
| 2 ДЕНЬ                                                                         | 550                   | 19,93            | 20,46  | 65,3     | 524,91                     |
| 3 ДЕНЬ                                                                         | 510                   | 17,11            | 17,93  | 63,98    | 484,86                     |
| 4 ДЕНЬ                                                                         | 550                   | 19,97            | 19,27  | 72,71    | 542,46                     |
| 5 ДЕНЬ                                                                         | 510                   | 19               | 17     | 77       | 536                        |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:                                              | 539,00                | 18,42            | 18,83  | 71,07    | 526,61                     |
| 6 ДЕНЬ                                                                         | 505                   | 19,46            | 18,66  | 86,48    | 590,97                     |
| 7 ДЕНЬ                                                                         | 540                   | 19,43            | 20,57  | 76,45    | 568,39                     |
| 8 ДЕНЬ                                                                         | 570                   | 19,68            | 20,06  | 68,52    | 532,5                      |
| 9 ДЕНЬ                                                                         | 580                   | 20,04            | 17,27  | 68,18    | 507,93                     |
| 10 ДЕНЬ                                                                        | 660                   | 20,05            | 20,63  | 67,9     | 536,8                      |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:                                              | 571,00                | 19,73            | 19,44  | 73,51    | 547,32                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК)                                           | 555                   | 19,078           | 19,134 | 72,287   | 536,966                    |
|                                                                                |                       |                  |        |          |                            |

| ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ<br>7-11 ЛЕТ — ПЕРЕХОДНЫЙ ПЕРИОД | суммарный<br>вес блюд | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|
|                                                                              |                       | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |
| 1 ДЕНЬ                                                                       | 825                   | 27               | 26     | 97       | 717                        |
| 2 ДЕНЬ                                                                       | 805                   | 28,05            | 22,75  | 97,08    | 706,74                     |
| 3 ДЕНЬ                                                                       | 810                   | 24,26            | 24,33  | 108,56   | 751,1                      |
| 4 ДЕНЬ                                                                       | 830                   | 23,91            | 25,61  | 97,85    | 713,96                     |
| 5 ДЕНЬ                                                                       | 805                   | 26,42            | 27,76  | 104,71   | 770,15                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:                                            | 815,00                | 25,91            | 25,38  | 100,95   | 731,81                     |
| 6 ДЕНЬ                                                                       | 850                   | 23,05            | 24,13  | 97,99    | 701,15                     |
| 7 ДЕНЬ                                                                       | 810                   | 25,94            | 28,7   | 113,99   | 819,54                     |
| 8 ДЕНЬ                                                                       | 920                   | 28,17            | 23,98  | 98,08    | 715                        |
| 9 ДЕНЬ                                                                       | 905                   | 23,9             | 28,46  | 96,87    | 738,96                     |
| 10 ДЕНЬ                                                                      | 810                   | 25,68            | 23,28  | 97,8     | 703,51                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:                                            | 859,00                | 25,35            | 25,71  | 100,95   | 735,63                     |
| ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД)                                            | 837                   | 25,63            | 25,543 | 100,947  | 733,722                    |