

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (10 дней) с 12 до 18 лет с 01.04.2025г.

№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества							Витамины				
			белки			жиры		углеводы		ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E			
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
1	2	3																			
ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК																					
№308/13	Омлет с сыром	70	8,50	10,80	1,20	157,65	42,00	7,00	91,00	1,00	0,03	0,00	0,10	1,80							
ТТК	Каша молочная "Дружба", с маслом сливочным	200/10	6,50	17,10	33,80	315,00	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38							
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00							
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52							
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42							
ОБЕД	Итого за завтрак	560	24,00	31,50	101,20	828,65	335,60	93,35	448,90	6,06	0,45	9,40	0,16	3,12							
№165/13	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	12,5/250	10,60	12,10	18,60	173,00	50,00	38,00	139,00	1,90	0,16	6,00	0,21	0,30							
№402/13	Тефтели в соусе	75/50	16,10	13,00	8,30	195,00	10,00	12,50	96,30	1,25	0,05	1,25	0,00	3,75							
№469/13	Макаронные отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80							
ТТК	Капуста квашеная д/г	60	1,08	0,06	1,80	13,80	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86							
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20							
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42							
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52							
	Итого за обед	917,5	42,28	35,24	134,50	992,80	226,05	119,27	451,00	9,82	0,62	16,13	0,24	53,85							
ПОЛДНИК																					
ТТК	Сдоба деревенская	100	7,50	4,13	60,00	296,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90							
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10							
	Итого за полдник	300	7,60	4,23	94,20	438,00	47,00	30,00	87,00	1,40	0,14	0,00	0,12	2,00							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1777,5	73,88	70,97	329,90	2259,45	608,65	242,62	986,90	17,28	1,21	25,53	0,52	58,97							
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества							Минеральные вещества							Витамины				
			белки			жиры		углеводы		ккал	Са	Mg	P	Fe	B1	C	A	E			
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
1	2	3																			
ЗАВТРАК ВТОРНИК																					
	Кондитерское изделие промышленного производства	28	1,0	4,5	19,9	120,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0							
№271/17	Котлеты домашние с соусом	75/25	15	19,8	11,8	286	25	34	126	1,7	0,13	0,7	0,03	3,6							
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,6	46,4	294	16,8	162	242	5,4	0,25	0	0,04	0,7							
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00							
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52							
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42							
ОБЕД	Итого за завтрак	588	35,47	35,68	135,40	1025,40	211,20	244,25	563,90	9,59	0,69	2,00	20,07	5,24							
№164/13	Суп картофельный с рисом, с мясом	10/250	9,40	10,70	19,60	193,00	25,00	27,00	88,00	1,10	0,10	8,00	0,20	0,30							

ЗАВТРАК ЧЕТВЕРГ														
№	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК ПЯТНИЦА														
№	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ПОЛДНИК														
№	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ОБЕД														
№	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ														
Пищевые вещества														
Минеральные вещества														
Витамины														
№420/10	Йогурт	120	2,90	2,00	16,20	94,40	223,00	10,50	110,00	0,10	0,04	0,60	20,00	0,00
№272/13	Каша молочная пшенная, с маслом сливочным	200/10	8,60	12,30	40,50	307,80	129,00	38,00	162,00	1,70	0,11	1,30	0,05	0,38
№762/97	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	610	20,76	18,07	114,05	727,20	521,40	96,75	467,90	4,29	0,46	3,20	40,05	1,32
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями (звёздочки), с мясом	10/250	7,40	5,80	23,00	204,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44
ТТК	Гуляш из филе куриного	50/50	16,00	11,80	3,30	184,00	18,00	19,00	155,00	1,40	0,05	2,00	0,03	0,90
№469/13	Макаронные отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
№71/17	Овощи свежие д/г	20/20	0,30	0,03	0,60	3,20	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30
№389/17	Сок	200	1,40	0,20	26,40	120,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	870	38,50	24,81	136,60	992,20	138,40	95,75	395,50	8,52	0,47	17,70	15,24	5,58
ПОЛДНИК														
№604/13	Пирог печеный с конфитуром	100	5,50	5,00	58,00	300,30	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60
№346/17	Напиток цитрусовый	200	0,50	0,10	28,00	115,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	300	6,00	5,10	86,00	415,30	36,00	14,00	54,00	1,60	0,07	9,00	0,09	1,60
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1780	65,26	47,98	336,65	2134,7	695,8	206,5	917,4	14,41	1,003	29,9	55,38	8,5
Итого за день														
Пищевые вещества														
Минеральные вещества														
Витамины														
№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	Са	Mg	P	Fe	В1	С	А	Е
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК ПЯТНИЦА														
№338/17	Фрукт свежий	170	0,80	0,70	26,60	124,00	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
ТТК	Пудинг из творожного сыра Рикотта, со ступленным молоком	150/20	24,90	18,90	40,40	438,58	273,00	45,00	367,00	2,20	0,12	0,00	0,20	1,20
№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	620	31,87	20,72	123,40	846,58	362,70	91,75	492,70	4,94	0,45	38,03	0,20	2,34
№83/17	Борщ с картофелем, с мясом, со сметаной	15/250/10	10,30	15,10	12,10	187,00	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
ТТК	Ёжики домашние	100	19,00	20,80	13,60	318,00	18,00	24,00	164,00	2,00	0,08	4,00	0,00	6,00
№492/13	Рагу овощное	180	4,20	8,00	13,80	143,00	53,00	29,00	101,00	1,20	0,68	11,00	0,96	0,80
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	845	40,40	45,18	119,40	1042,00	199,60	133,35	457,90	7,56	1,10	26,00	1,21	9,04

ПОЛДНИК		50	0,39	0,00	38,50	149,00	28,00	9,00	44,00	0,60	0,07	6,00	0,09	1,60
№611/13	Зефир	50	3,70	2,20	27,10	143,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90
№538/13	Сдоба обыкновенная	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
	Напиток из свежих яблок	300	4,29	2,40	93,50	407,00	49,00	22,00	106,00	2,30	0,20	8,00	0,18	2,70
	Итого за полдник	1765	76,56	68,30	336,30	2295,58	611,30	247,10	1056,60	14,80	1,75	72,03	1,59	14,08
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ													
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ													
	ЗАВТРАК ПОНЕДЕЛЬНИК													
№389/17	Сок фасованный	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20
№2/13	Сыр твердый	20	4,90	5,60	0,00	70,00	352,00	18,00	208,00	0,36	0,01	0,24	0,07	0,24
№272/13	Каша молочная рисовая	200	5,90	2,90	39,60	208,00	125,00	36,00	153,00	1,33	0,05	1,33	0,00	0,80
№582/13	Какао витаминизированное с молоком	200	2,90	2,50	24,80	132,00	121,00	14,00	90,00	1,00	0,04	8,10	0,01	0,00
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
	Итого за завтрак	700	20,80	12,10	126,00	719,00	655,60	110,35	570,90	7,85	0,39	13,67	0,08	2,18
ОБЕД														
№154/13	Суп картофельный с крупой, с рыбными консервами	25/250	8,10	12,16	19,20	182,00	33,50	37,00	160,00	1,50	0,18	12,00	0,21	0,50
№412/13	Фрикадельки мясные в соусе	75/50	11,32	14,45	10,09	216,00	9,55	13,60	106,00	1,36	0,06	0,00	0,00	3,55
№469/13	Макароны отварные	180	6,30	8,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80
ТТК	Капуста квашеная д/г	50	0,60	0,05	1,50	11,50	97,45	19,42	59,80	0,71	0,06	4,88	0,00	47,86
№546/13	Компот из кураги	200	0,10	0,10	34,20	142,00	33,00	21,00	29,00	0,70	0,02	0,00	0,03	1,10
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микроэлементами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	920	33,22	36,64	144,39	1042,50	228,10	132,37	496,70	7,43	0,65	16,88	0,27	54,75
ПОЛДНИК														
№633/13	Булочка с сыром	100	6,9	12,1	54	368,8	24,00	13,30	61,30	0,80	0,10	5,30	0,02	0,14
№ 349/17	Компот из сухофруктов	200	0,70	0,09	32,00	113,00	32,40	16,80	36,80	0,70	0,01	0,72	0,00	0,51
	Итого за полдник	300	7,60	12,19	86,00	481,80	56,40	30,10	98,10	1,50	0,11	6,02	0,02	0,65
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1920	61,62	60,93	356,39	2243,30	940,10	272,82	1165,70	16,78	1,15	36,57	0,37	57,58
№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины			
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	ЗАВТРАК ВТОРНИК													
№338/17	Фрукт свежий	180	0,81	0,80	27,30	128,70	35,00	11,00	17,00	0,10	0,06	38,00	0,00	0,20
№268/17	Шницель мясной с соусом	75/25	12,20	14,90	10,40	236,00	12,00	24,00	150,00	2,00	0,08	0,00	0,00	3,60
№457/13	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,20	7,60	46,40	294,00	16,80	162,00	242,00	5,40	0,25	0,00	0,04	0,70

№376/17	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	11,10	1,40	2,80	0,28	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,00	0,52
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,00	0,42
ОБЕД	Итого за завтрак	740	29,38	24,42	140,50	942,70	118,50	232,75	517,70	10,14	0,66	38,03	0,04	0,04	5,44
№157/13	Суп из овощей с мясом и сметаной	12,5/250/10	7,85	6,96	10,91	129,6	38,6	22,8	59	0,82	0,83	11,3	15,22	0,24	
№420/13	Запеканка картофельная с мясом	200	16,80	16,70	36,10	355,00	28,30	55,00	277,00	6,70	0,35	30,00	3,12	5,00	
№71/17	Овощи свежие д/г	35	0,02	0,02	0,30	1,60	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30	
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20	
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42	
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52	
ПОЛДНИК	Итого за обед	800	31,67	25,06	120,91	853,20	126,70	121,75	455,50	11,12	1,47	44,70	18,34	6,68	
	Мармелад фруктово-ягодный	36	0,18	0,00	35,10	131,85	13,00	3,00	3,00	1,00	0,01	3,00	0,16	0,00	
№611/13	Сдоба обыкновенная	140	10,30	6,10	65,00	343,00	14,00	9,00	58,00	0,70	0,12	0,00	0,09	0,90	
№575/13	Чай с лимоном	200/8	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00	
	Итого за полдник	384	10,73	6,20	114,20	536,85	35,00	17,00	71,00	2,70	0,13	6,00	0,25	0,90	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1924	71,78	55,68	375,61	2332,75	280,20	371,50	1044,20	23,96	2,26	88,73	18,63	13,02	

№ рец	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества						Минеральные вещества						Витамины		
			белки	жиры	углеводы	ккал	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
ЗАВТРАК	СРЕДА																
№1/13	Молоко витаминизированное фасованное	200	2,80	3,20	4,70	58,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
ТТК	Масло шоколадное	15	0,18	9,30	0,30	96,60	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,07	0,10			
№469/13	Тфтели куриные с соусом	75/25	12,80	16,80	12,90	227,00	52,00	25,00	117,00	2,00	0,07	10,00	0,09	4,50			
№762/97	Макароны отварные	180	6,30	12,70	33,70	239,00	11,00	7,00	36,00	0,80	0,06	0,00	0,03	0,80			
ТТК	Кофейный напиток на молоке	200	3,16	2,67	15,95	101,00	125,80	13,90	90,00	0,13	0,04	1,30	20,00	0,00			
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ТТК	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	84,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ОБЕД	Итого за завтрак	755	31,34	45,77	108,95	945,60	247,40	88,25	364,90	8,09	0,46	15,30	20,19	6,54			
№156/13	Суп картофельный с макаронными изделиями, с цыпленком	20/250	8,40	8,90	20,00	196,00	42,60	21,80	75,00	0,92	0,06	10,30	15,18	2,44			
№350/13	Шницель рыбный натуральный	100	17,80	13,40	9,00	228,00	52,00	20,00	182,00	1,60	0,10	0,00	0,06	4,60			
№473/13	Картофельное пюре	180	3,10	5,40	20,30	141,00	47,00	29,00	85,00	1,10	0,14	5,00	0,04	0,20			
№71/17	Овощи свежие д/г	40	0,30	0,03	0,60	3,20	9,20	5,60	9,60	0,24	0,01	1,40	0,00	0,30			
№389/17	Сок	200	1,00	0,00	20,20	85,00	14,00	8,00	14,00	2,80	0,02	4,00	0,00	0,20			
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42			
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52			
ПОЛДНИК	Итого за обед	850	37,40	28,91	115,80	905,20	208,40	118,75	471,50	9,02	0,60	20,70	15,28	8,68			

	Итого за завтрак	745	19,50	13,00	108,10	650,50	591,60	86,35	483,90	7,96	0,42	13,10	0,12	1,64
ОБЕД														
№136/13	Борщ из свежей капусты, с каргофелем, мясом и сметаной	10/250/10	8,32	11,46	12,10	167,20	52,00	25,00	58,00	1,30	0,05	11,00	0,22	0,20
№294/17	Биточки рубленые из птицы	100	14,98	23,57	15,50	299,50	18,80	22,60	137,20	1,80	0,13	0,70	56,00	0,83
ТТК	Картофель запеченный	180	3,80	5,40	21,60	151,00	25,00	36,00	95,00	1,40	0,18	25,20	0,05	0,24
№538/13	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00	7,00	4,00	4,00	1,00	0,01	2,00	0,00	0,20
ТТК	Хлеб ржаной	40	2,80	0,38	17,20	112,00	28,00	21,15	71,10	1,56	0,14	0,00	0,00	0,42
ТТК	Батон витаминный с микронутриентами	50	4,00	0,80	28,50	140,00	15,60	13,20	34,80	0,80	0,13	0,00	0,00	0,52
	Итого за обед	840	34,10	41,81	122,80	984,70	146,40	121,95	400,10	7,86	0,64	38,90	56,27	2,41
	ПОЛДНИК													
№606/13	Ватрушка с творогом	100	12,14	8,14	38,67	258,70	66,67	14,67	117,34	0,67	0,12	0,00	0,04	0,80
№575/13	Чай с лимоном	200/6	0,25	0,10	14,10	62,00	8,00	5,00	10,00	1,00	0,00	3,00	0,00	0,00
	Итого за полдник	306	12,39	8,24	52,77	320,70	74,67	19,67	127,34	1,67	0,12	3,00	0,04	0,80
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1891	65,99	63,05	283,67	1709,00	812,67	227,97	1011,34	17,49	1,18	55,00	56,43	4,85
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:	18454,00	727,34	619,12	3196,46	21254,38	5884,19	2613,68	9983,98	168,71	13,10	738,55	189,94	199,29
	В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:	1845,40	72,73	61,91	319,65	2125,44	588,42	261,37	998,40	16,87	1,31	73,86	18,99	19,93

ФОРМА 3. ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ

по циклическому меню с 01.04.2025г.

Наименование группы продуктов	Рекомендуемое количество продуктов(нетто) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 60%	Фактически выдано продуктов в нетто (всего) на одного человека										В среднем за 10 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)			
		ед. изм.															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10						
	12-18 лет (10 дн)																
Мясо	46,8	67,5	65	20	16	83	57	72	0	16	16	412,5	41,3	88,1			
Птица	31,8	0	0	132	64	0	0	0	76	54	64	390,0	39,0	122,6			
Рыба	46,2	0	0	81	0	0	26	0	104	0	0	211,0	21,1	45,7			
Яйцо	24	50	12	5	0	12	8	16	8	12	0	123,0	12,3	51,3			
Молоко	210	216	60	28	156	110	202	0	88	60	225	1145,0	114,5	54,5			
Кисломолочные продукты	108	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	120,0	12,0	11,1			
Творог	36	0	0	36	0	116	0	0	0	100	0	252,0	25,2	70,0			
Сметана	6	0	0	10	0	16	0	10	0	10	10	56,0	5,6	93,3			
Сыр	9	10	0	0	0	0	28	0	0	0	15	53,0	5,3	58,9			
Масло сливочное	21	22	14	18	23	14	13	16	13	14	12	159,0	15,9	75,7			
Масло растительное	10,8	10	12	10	11	10	12	7	12	12	10	106,0	10,6	98,1			
Макаронные изделия	12	61	0	61	68	0	48	0	61	15	12	166,0	16,6	138,3			
Крупы, бобовые	30	36	73	0	41	10	41	73	0	41	0	315,0	31,5	105,0			
Сахар	21	21	24	21	16	23	21	20	21	21	21	209,0	20,9	99,5			
Кондитерские и выпечные изделия	9	0	28	0	0	50	0	36	0	0	0	114,0	11,4	126,7			
Картофель	112,2	50	75	205	75	115	75	210	205	75	195	1280,0	128,0	114,1			
Овощи	192	100	310	140	120	195	130	143	120	186	120	1564,0	156,4	81,5			
Сухофрукты	12	20	20	24	0	20	40	0	0	20	0	144,0	14,4	120,0			
Чай	1,2	0	2	2	0	2	0	4	0	1	1	12,0	1,2	100,0			
Кофейный напиток, какао	1,8	5	2	0	2	0	5	0	2	0	5	21,0	2,1	116,7			
Фрукты	111	0	6	168	42	206	0	234	230	230	52	1168,0	116,8	105,2			
Сок	120	200	0	0	200	0	200	0	200	0	200	1000,0	100,0	83,3			
Соль	1,8	1,8	2	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	1,8	18,2	1,8	101,1			
Мука	12	31	28	28	28	16	28	28	28	31	28	189,0	18,9	157,5			
Хлеб ржаной	72	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	700,0	70,0	97,2			
Хлеб пшеничный	120	110	123	124	118	104,5	113	118	113	108	129	1160,5	116,1	96,7			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279291

Владелец Опарина Юлия Анатольевна

Действителен с 20.03.2025 по 20.03.2026