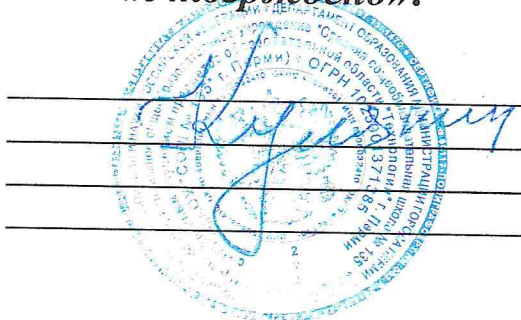




Общество с ограниченной ответственностью
«Вкус и Качество»

«Утверждено»:



Примерное двенадцатидневное меню

для организации питания детей от 11-18 лет
на осенне-зимний период
в образовательных учреждениях

«Разработано»

ООО «Вкус и Качество»
Директор Т.Л. Кудинова



Сентябрь 2021 г

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации» 5-е издание, переработанное и дополненное. Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» Пермь 2013г.
- «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений» Издательство: ООО «Уральский региональный центр питания» ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет им. акад. Е. А. Вагнера» Минздрав России. Пермь 2018г.
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» 2020г.
- «Таблицы химического состава и калорийности Российских продуктов питания» Скурихин И.М., Тутельян В.А. Москва 2007г.

ООО "Вкус и качество"

Ведомость контроля за рационом питания за 12 дней
Подразделение: Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанПиН21)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека												в среднем за период	Норма в день, г(мл)
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день		
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ													0,18	0,18
2. КАКАО-ПОРОШОК	0,22	0,22		0,22	0,22	0,22	0,22	0,22	0,22		0,22	0,22	0,60	0,72
3. КАРТОФЕЛЬ		2,40				2,40					2,40		87,98	112,20
4. КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПИЩЕВАЯ ПРОДУКЦИЯ	99,90	219,10	20,10	101,80		146,10	75,00	212,80	22,50	128,40		30,00	0,00	108,00
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ													0,00	108,00
6. КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00	9,00
7. КРАХМАЛ				2,40					2,40				0,40	1,20
8. КРУПЫ, БОБОВЫЕ													0,00	2,40
9. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	61,20	64,00	94,90	25,60	47,50	40,00	26,60	47,50	44,00	32,80	100,80		43,64	30,00
10. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	14,90	10,60	11,00	15,00	61,20				61,20	10,00	20,00	61,20	24,57	12,00
11. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	13,10	18,20	15,20	13,15	16,70	14,78	16,30	27,30		10,90	13,70	13,00	13,68	10,80
12. МОЛОКО	116,20	225,00	7,50	187,60	28,60	257,50	83,30	55,60	185,50	13,60	227,00	12,00	116,62	210,00
13. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	5,00	3,00		1,62	8,50	6,25		3,00	5,00		5,00		3,11	12,00
14. МЯСО 1-й КАТЕГОРИИ	100,00	79,00	185,00	90,00	157,09		106,00	79,00	100,00	71,20	70,00	70,00	92,27	46,80
15. ОВОЩИ(СВЕЖИЕ,МОРОЖЕННЫЕ,КОНСЕРВИРОВАННЫЕ)	382,20	123,70	193,50	351,22	255,45	98,40	152,00	314,10	167,50	359,60	110,30	162,10	222,51	192,00
16. ПТИЦА (ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛЕРЫ ПОТРОШЕННЫЕ-1 КАТ)	75,80		75,00		75,70	71,00		111,40		142,50			45,95	31,80
17. РЫБА (ФИЛЕ), В Т.Ч. ФИЛЕ СЛАБО- ИЛИ МАЛОСОЛЕННОЕ														
18. САХАР	25,00	35,00	22,50	27,70	21,51	25,88	33,60	25,00	35,00	29,60	43,30	25,00	4,48	46,20
19. СМЕТАНА			10,00		25,00	33,00	10,00	10,00			6,70	10,00	29,09	21,00
20. СОКИ ПЛОДОВООЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	200,00	200,00	220,00	200,00	200,00	220,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	200,00	203,33	120,00
21. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	10,10	5,70	8,80	4,70	9,96	6,31	3,14	10,20	7,90	7,40	9,00	3,90	7,26	3,00
22. СУХИЕ ПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ,ЯЗЫК,СЕРДЦЕ)														
23. СХОФРУКТЫ													0,00	24,00
24. СЫР					11,00		20,00			20,00			20,00	5,92
25. ТВОРОГ(5%-9% М.Д.Ж.)		17,70				18,00					7,70	10,00	4,45	9,00
26. ФРУКТЫ СВЕЖИЕ											186,70		15,56	36,00
27. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20,00	20,00	100,00	160,00	40,00	220,00	100,00	40,00	20,00		20,00		61,67	111,00
28. ХЛЕБ РЖАНОЙ	61,30	60,00	40,00	99,00	61,40	91,50	100,00	61,40	91,50	40,00	56,70	81,00	70,32	120,00
29. ЧАЙ	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	20,00	72,00
30. ЯИЦО, ШТ	1,00		1,00		1,00		1,00	1,00		1,00		1,00	0,58	1,20
					53,08		133,30				11,90	10,00	17,36	24,00

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал
	56,11	67,04	228,41	1734,06
Минеральные вещества	Натрий, мг	Кальций, мг	Кальций, мг	Магний, мг
	4385,35	2363,55	403,86	254,68
Витамины	А, мкг	В1, мкг	В2, мкг	РР, мкг
	201,47	0,83	0,85	10,92
				101,51
				17,17

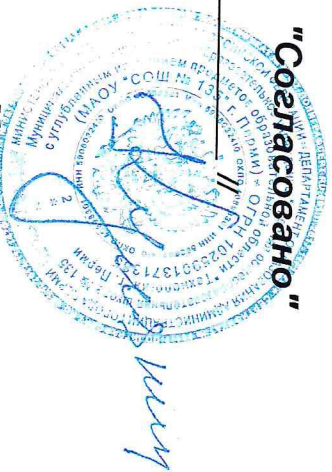
Рекомендации по корректировке меню:

Подпись медицинского работника и дата: _____

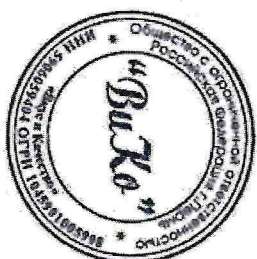
Подпись руководителя организации и дата ознакомления: _____

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: _____

20__г.



"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

/ Кудинова Т.Л. /

День 1
Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанГин21)

Меню на 01.08.2021 года

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витаминны, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe			

Завтрак

107 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОПЕНЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60			
78 СБ 2018г	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	100	11,00	23,90	0,40	260,70	0,13	0,18			24,50	111,30	14,00	1,26			
256 СБ 2018г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(СБ2018)	180	6,65	7,48	43,21	266,75	0,10	0,03		47,7	24,01	57,11	10,47	1,09			
459 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89			
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			

Итого по подменю:

20,09 31,69 65,09 626,91 0,27 0,24 7,98 47,7 88,49 215,24 46,53 4,06

Обед

1 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ(СБ2018)	100	2,64	6,17	15,06	127,47	0,08	0,10	42,05		65,47	75,44	47,51	6,83			
132 СБ 2018г	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ(СБ2018)	250	12,36	10,29	24,71	241,73	0,19	0,27	21,92	47,0	129,45	215,64	46,77	2,47			
372 СБ 2018г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУШЕННЫЕ(СБ2018).	100	16,68	16,01	11,57	258,57	0,13	0,20	2,36	45,0	81,28	208,62	27,91	1,72			
	ОВОЩИ ПО-ГАВАЙСКИ(СМЕСЬ ОВОЩНАЯ).	180	3,42	14,10	19,08	217,75	0,09	0,09	1,44		71,93	117,84	48,81	1,47			
494 СБ 2018г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СБ2018)	200	1,05	0,06	20,21	86,67	0,02	0,04	1,20		32,70	29,42	21,12	0,68			
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			

Итого по подменю:

39,31 46,95 109,07 1023,63 0,55 0,72 68,97 92,0 389,43 681,16 199,92 14,01

Подпись

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
	БУЛОЧКА К ЧАЮ (ПОКРОВСКИЙ)	ШТ	4,32	2,52	31,36	165,40											
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

Итого по подменю:

4,32 2,52 54,36 257,40 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

Итого за день: 0,00 руб. 63,72 81,16 228,52 1907,94 0,84 0,98 80,95 139,7 491,92 910,40 254,45 20,87

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

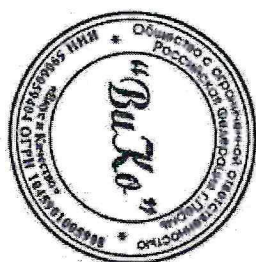
Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	22,32	34,45	16,99	23,11
Обед: 30-35 % Полдник: 10 %	43,68	51,03	28,48 6,01	37,73 3,39
Итого за день: 60-70 %	66,00	85,48	51,48	64,23

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 3,3

Зав. производством / /

Калькулятор  / Терещенко И.С. /

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Судачкина / Кудимова Т.Л. /

День 2

Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанПин21)

Меню на 02.08.2021 года

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			

Завтрак

90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР)Н/Б,	20/10	4,22	2,89	10,48	80,73	0,03	0,04	0,07	23,0	12,80	72,00	7,60	0,33			
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (СБ2018)	200	6,17	7,72	37,15	243,58	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08			
462 СБ 2018г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78			
	КЕКС "ПОКУПНОЙ" (СБ2018)	ШТ	0,30	0,99	2,85	21,51											
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24			

Итого по полдню:

Обед

32 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (СБ2018)	100	3,29	8,09	7,74	116,88	0,02	0,06	8,85	17,7	40,59	83,62	23,28	1,31			
144 СБ 2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	14,23	8,98	22,02	226,16	0,28	0,16	16,92	29,5	50,65	198,62	52,69	3,97			
367 СБ 2013г	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ(ВАРИАНТ).	50/50	15,30	17,31	3,61	231,16	0,06	0,13	2,35		22,02	161,21	21,40	2,40			
377 СБ 2018г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(СБ2018)	180	3,96	8,07	26,89	196,47	0,20	0,16	31,67	53,7	51,62	117,21	39,95	1,47			
520 СБ 2013г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52			3,00		3,40	2,20	3,00	0,18			
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			

Итого по полдню:

40,04 42,81 99,40 945,63 0,60 0,53 62,79 100,9 176,88 597,06 148,12 10,17

Полдник

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	
	ПЮШКА С САХАРОМ (ПЮРОВСКИЙ)	ШТ	0,80	4,90	60,90	320,90									
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80	

Итого по подменю:

Итого за день: 0,00 руб.

0,80

4,90

83,90

412,90

0,02

0,02

4,00

14,00

14,00

8,00

2,80

56,51

62,75

259,08

1857,07

0,90

0,95

69,79

193,0

454,64

1036,00

255,50

15,40

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Капорийн, %
Завтрак: 20-25 %	17,08	15,27	19,04	17,58
Обед: 30-35 %	44,49	46,53	25,95	34,86
Полдник: 10 %	0,89	5,33	21,91	15,22
Итого за день: 60-70 %	62,46	67,13	66,90	67,66

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 4,6

Зав. производством

/ /

Калькулятор



/ Терещенко И.С. /

"Согласовано"

Общество с ограниченной ответственностью
"Русское общество изучения истории русского языка"
ООО "РУЖ"

 / Кудина Т.Д. /

Меню на 03.08.2021 года

392 СБ	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	200/5	22,06	18,51	42,09	422,97	0,16	0,19	0,93	51,2	36,62	224,87	29,80	3,23
2017														
82 СБ	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47
2018Г	Я100(СБ2018)													
457 СБ	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
2018Г														
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
2013														
Итого по подменю:														
			24,04	18,11	71,45	554,74	0,33							

24,04	19,11	71,46	554,74	0,20	0,21	7,70	51,2	61,39	253,45	43,00
-------	-------	-------	--------	------	------	------	------	-------	--------	-------

17 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (СБ2018)	100	1,08	6,19	3,72	74,92	0,06	0,04	24,50	22,92	27,48	20,15	0,96	
95 СБ 2018Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СБ2018)	250/10	13,03	11,79	14,98	210,88	0,11	0,16	27,12	10,0	61,36	164,80	43,11	3,65
371 СБ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ (СБ2018)	100	14,81	14,93	4,99	213,90	0,10	0,13	1,66	49,2	21,26	151,82	23,95	1,15
202 СБ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ2018)	180	11,06	8,83	50,02	323,77	0,38	0,18	6,30	42,4	34,92	265,49	175,99	6,01
496 СБ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00	12,30	3,40	3,40	0,63	
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01		4,00	13,00	2,80	0,22	
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01		4,60	21,20	5,00	0,62	
Итого по подменю:			43,82	42,34	111,70	1000,50	3,38							

43,82	42,34	111,79	998,69	0,70	0,59	259,58	101,6	161,36	647,19	274,40	13,24
-------	-------	--------	--------	------	------	--------	-------	--------	--------	--------	-------

	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ (ТОКРОВСКИЙ)	ШТ	4, 20	8, 10	44, 93	269, 42								
--	------------------------------	----	-------	-------	--------	---------	--	--	--	--	--	--	--	--

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

Итого по подменю:

4,20 8,10 67,93 361,42 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

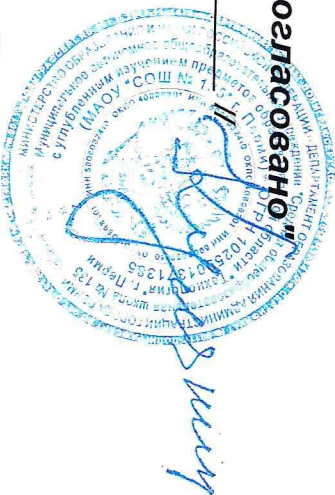
Итого за день: 0,00 руб. 72,06 69,55 251,18 1914,85 0,92 0,82 271,28 152,9 236,75 914,64 325,40 21,81

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	26,71	20,77	18,66	20,45
Обед: 30-35 %	48,69	46,02	29,19	36,81
Полдник: 10 %	4,67	8,80	17,74	13,32
Итого за день: 60-70 %	80,07	75,60	65,58	70,58

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 3,5

Зав. производством _____ / _____ Калькулятор _____ / Терещенко И.С. /



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудинова Т.Л. /

День 4 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанГин21) Меню на 04.08.2021 года

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	ккал	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		

Завтрак

81 СБ 2013г.	БУТЕРБРОД С ВАРЕНЬЯМИ КОЛБАСАМИ(1ВАРИАНТ)Н/Б	30/20	4,59	5,43	15,46	129,87	0,08	0,05				13,70	53,30	8,10	3,76		
226 СБ 2018г	КАША "ДРУЖБА"(СБ2018)	200	5,34	7,42	26,33	194,16	0,14	0,17	1,44	49,9	127,76	166,68	40,48	0,74			
464 СБ 2018г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08			
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140	ШТ	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22			
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24			

Итого по полдню:

Обед

47 СБ 2018г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (СБ2018)	100	3,48	6,49	20,95	157,63	0,13	0,07	25,61		78,97	134,37	41,69	2,87			
129 СБ 2018г	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	250	15,15	11,84	13,92	223,10	0,08	0,13	4,51	12,4	33,69	157,50	25,02	2,93			
339 СБ 2018г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ 2018)	100	15,92	16,01	15,04	268,71	0,07	0,14	0,29	4,4	37,77	163,48	21,09	2,12			
429 СБ 2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ,КАПУСТА ТУШЕНАЯ.	90/90	4,19	7,49	22,94	176,22	0,14	0,13	62,29	50,6	78,07	98,01	40,21	1,73			
494 СБ 2018г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СБ2018)	200	1,05	0,06	20,21	86,67	0,02	0,04	1,20		32,70	29,42	21,12	0,68			
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			

Итого по полдню:

Подпись

42,95 42,21 111,50 1003,77 0,48 0,53 93,90 67,4 269,80 616,98 156,93 11,17

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
	Булочка к чаю (покровский)	шт	4,32	2,52	31,36	165,40											
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00		0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80		

Итого по подменю:

Итого за день: 0,00 руб.

4,32

60,71

2,52

59,84

54,36

244,73

257,40

1711,19

0,02

0,79

0,02

0,90

4,00

106,99

127,3

14,00

515,96

14,00

931,36

8,00

239,91

2,80

22,01

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	14,93	16,42	20,59	16,59
Обед: 30-35 %	47,72	45,88	29,11	37,00
Полдник: 10 %	4,80	2,74	14,19	9,49
Итого за день: 60-70 %	67,46	65,04	63,90	63,07

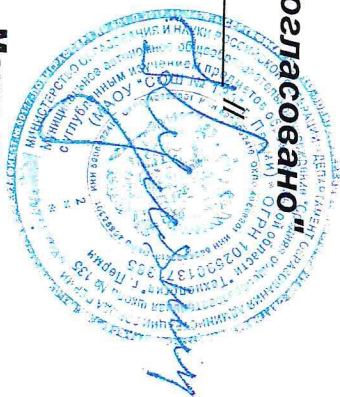
Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 4,0

Зав. производством

/ /

Калькулятор

/ Терещенко И.С. /



"Утверждаю"
ООО "Вкус и Качество"

Дегурова / Кудимова Т.Л. /

День 5 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанПин21)

Меню на 05.08.2021 года

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	

Завтрак

10 СБ 2013г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	100	1,27	0,14	22,54	97,43	0,06	0,06	5,75			31,35	56,54	33,72	5,64	
372 СБ 2018г	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	100	16,68	16,01	11,56	258,56	0,10	0,16	1,89	36,0		65,02	166,89	22,33	1,37	
234 СБ 2018г	РИЗОТТО С ОВОЩАМИ(СБ2018).	180	5,21	13,91	38,29	299,90	0,25	0,08	7,40			32,63	238,39	83,37	3,06	
459 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98			12,98	9,83	5,26	0,89	
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22	

Итого по подменю:

Обед

	ЯЙЦО С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ,.	100	8,90	5,87	4,63	106,85	0,21	0,32	14,50	125,0		44,96	153,86	26,40	1,63	
123 СБ 2013г.	БУЛЬОН С ПЕЛЬМЕНЯМИ,	200/25	6,20	4,69	5,64	89,46	0,03	0,06	3,36	7,7		15,11	67,04	10,26	1,08	
256 СБ 2018г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(СБ2018)(ВН)	180	6,65	7,48	43,21	266,75	0,10	0,03		47,7		24,01	57,11	10,47	1,09	
326 СБ 2018г	БЕФСТВОРОГАНОВ ИЗ ОТВ.СВИНИНЫ	50/50	16,74	17,77	6,76	235,77	0,10	0,20	5,81	32,3		53,54	208,34	47,59	7,06	
507 СБ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,16	0,12	5,62	7,90	0,01	0,01	2,08			7,73	6,44	4,82	0,93	
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22	
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62	

Итого по подменю: 24,80 30,27 92,17 744,45 0,43 0,31 18,02 36,0 145,98 484,65 147,48 11,18

Итого по подменю:

41,81 36,25 84,30 798,17 0,49 0,64 25,75 212,8 153,95 526,99 107,34 12,63

Подпись:

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Капорийн.		Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				
	КЕКС "ПЮКУПНОЙ" (СБ2018)	ШТ	0,30	0,99	2,85	21,51												
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80				

Итого по подмену:

0,30 0,99 25,85 113,51 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

Итого за день: 0,00 руб. 66,91 67,51 202,32 1656,13 0,94 0,97 47,77 248,8 313,93 1025,64 262,82 26,61

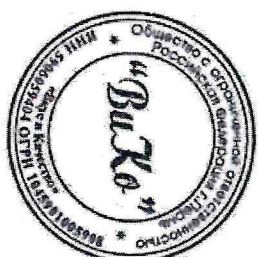
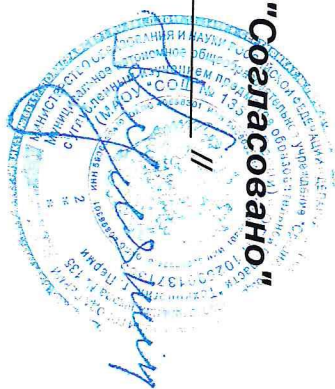
Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Капории, %
Завтрак: 20-25 %	27,56	32,90	24,07	27,44
Обед: 30-35 %	46,46	39,40	22,01	29,42
Полдник: 10 %	0,33	1,08	6,75	4,18
Итого за день: 60-70 %	74,34	73,38	52,83	61,04

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 3,0

Зав. производством / /

Калькулятор  / Терещенко И.С. /



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудинова Т.Л. /

День 6 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанПин21)

Меню на 06.08.2021 года

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe

Запеканка														
-----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Завтрак

90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАРН/Б	20/15	5,50	4,20	10,48	97,60	0,03	0,06	0,11	34,5	17,30	101,50	10,10	0,38
269 СБ 2013г.	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ).	200	8,41	12,20	39,46	296,11	0,22	0,22	3,59	79,2	169,82	210,55	52,74	1,72
462 СБ 2018г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78
82 СБ 2018г	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Б200(СБ2018)	ШТ	1,80	0,40	16,20	86,00	0,08	0,06	120,00		68,00	46,00	26,00	0,60
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24

Итого по полдню:

20,69 20,24 91,44 632,43 0,39 0,51 125,00 133,7 382,29 476,77 115,64 3,72

Обед

363 СБ 2013г	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ.	100	9,58	17,40	3,62	209,66	0,03	0,08	3,23	10,7	53,93	163,80	25,96	0,85
161 СБ 2013г.	КРЕМ-СУП ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	250/20	15,41	10,39	28,45	271,36	0,15	0,20	21,72	37,0	105,27	201,38	46,29	4,51
290 СБ 2017	ИНДЕЙКА ТУШЕННАЯ В БЕЛОМ СОУСЕ	50/50	14,06	18,22	1,79	208,90	0,07	0,13	1,52	60,7	32,32	130,20	15,94	0,99
202 СБ 2013г.	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ДОЛЬКИ.	180	4,46	14,47	22,92	211,67	0,16	0,15	25,01	98,3	54,44	116,81	33,98	1,29
496 СБ 2018г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по полдню:

47,35 61,08 94,86 1076,81 0,46 0,64 251,48 206,8 266,86 649,79 133,37 9,11

Подпись

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe		
	БУЛОЧКА МАЛЮТКА ТВОРОЖНАЯ (ПОКРОВСКИЙ)	ШТ	4,44	3,06	29,22	162,00											
318	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80		

Итого по подменю: 4,44 3,06 52,22 254,00 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

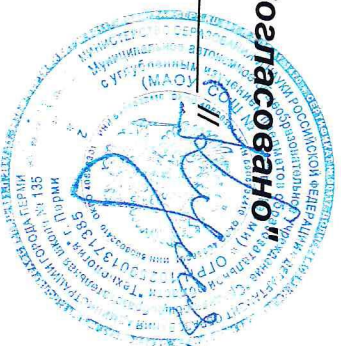
Итого за день: 0,00 руб. 72,48 84,38 238,52 1963,24 0,87 1,17 380,48 340,5 663,15 1140,56 257,01 15,63

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени						
Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %		
Завтрак: 20-25 %	22,99	22,00	23,87	23,31		
Обед: 30-35 %	52,61	66,39	24,77	39,69		
Полдник: 10 %	4,93	3,33	13,63	9,36		
Итого за день: 60-70 %	80,53	91,72	62,28	72,36		

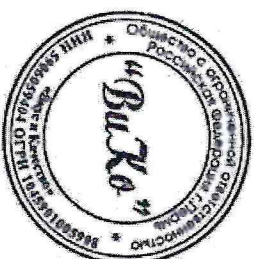
Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,2 : 3,3

Зав. производством _____ / /

Калькулятор  / Терещенко И.С. /



"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудинова Т.Л. /

День 7

Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанГин21)

Меню на 07.08.2021 года

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

Заемрак														
---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Завтрак

81 СБ 2013г.	БУТЕРБРОД С ВАРЕНЫМИ КОЛБАСАМИ(1ВАРИАНТ)Н/Б	30/20	4,59	5,43	15,46	129,87	0,08	0,05			13,70	53,30	8,10	3,76				
301 СБ 2013	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(СБ2018)	200/5	19,37	24,83	4,97	321,45	0,13	0,72	1,08	379,4	177,56	332,67	27,88	3,46				
457 СБ 2018г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85				
82 СБ 2018г	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)	ШТ	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47				
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24				

Итого по полдню:

Обед

4 СБ 2013г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	100	1,94	8,37	12,27	132,28	0,10	0,06	31,67		45,95	87,02	35,44	1,75				
101 СБ 2018г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (СБ2018)	250/10	11,68	11,33	15,52	203,66	0,14	0,15	27,73	10,0	47,23	159,60	39,96	2,99				
381 СБ 2012	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	18,36	19,81	14,51	310,44	0,07	0,14		41,3	12,38	175,36	21,58	2,55				
213 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (СБ2018)	180	3,37	4,59	19,82	134,06	0,11	0,06	1,92	26,5	8,57	80,65	53,35	1,83				
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65				
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22				
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62				

Итого по полдню:

38,97 44,52 108,69 987,11 0,49 0,45 61,32 77,8 139,18 562,63 166,53 10,61

Подпись

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
	ПЛЮШКА С САХАРОМ (ПОКРОВСКИЙ)	ШТ	0,80	4,90	60,90	320,90											
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

Итого по подменю:

0,80 4,90 83,90 412,90 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

Итого за день: 0,00 руб.

65,63 80,66 243,15 1988,24 0,76 1,26 73,17 457,2 369,01 991,18 223,51 23,19

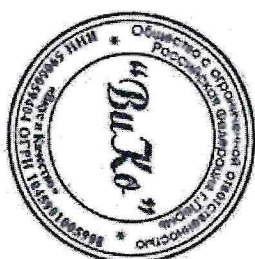
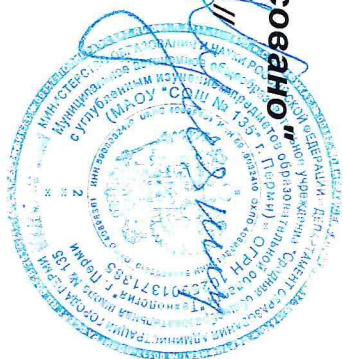
Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	28,73	33,96	13,20	21,68
Обед: 30-35 % Полдник: 10 %	43,30	48,39	28,38 6,01	36,38 3,39
Итого за день: 60-70 %	72,03	82,35	47,58	61,46

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,2 : 2,8

Зав. производством / /

Калькулятор / Терещенко И.С. /



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудинова Т.Л. /

День 8 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанГин21)

Меню на 08.08.2021 года

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

Завтрак

107 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОПЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00			23,00	24,00	14,00	0,60
367 СБ 2013г.	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ(ВАРИАНТ).	50/50	15,30	17,31	3,61	231,16	0,06	0,13	2,35			22,02	161,21	21,40	2,40
377 СБ 2018г.	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(СБ2018)	180	3,96	8,07	26,89	196,47	0,20	0,16	31,67	53,7		51,62	117,21	39,95	1,47
459 СБ 2018г.	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98			12,98	9,83	5,26	0,89
111 СБ 2013г.	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01				3,80	13,00	2,60	0,24

Итого по полдню:

Обед

42 СБ 2018г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ (СБ2018)	100	2,60	6,30	12,35	116,69	0,16	0,09	19,00			17,39	69,37	24,64	0,80
136 СБ 2013г.	СОЛЯНКА ИЗ ПТИЦЫ.	250/10	19,65	18,81	4,45	258,46	0,10	0,18	7,83	53,7		44,82	199,99	31,97	2,68
372 СБ 2018г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	100	16,68	16,01	11,56	258,56	0,10	0,16	1,89	36,0		65,02	166,89	22,33	1,37
234 СБ 2018г.	РИЗОТТО С ОВОЩАМИ(СБ2018).	180	5,21	13,91	38,29	299,90	0,25	0,08	7,40			32,63	238,39	83,37	3,06
507 СБ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,90	77,64	0,01	0,01	4,08			6,93	4,44	3,62	0,93
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по полдню:

Полдник

47,46 55,51 103,99 1102,69 0,66 0,54 40,20 89,7 175,39 713,28 173,73 9,68

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
	Булочка к чаю (Покровский)	шт	4,32	2,52	31,36	165,40											
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

Итого по подменю:
4,32
2,52
54,36
257,40
0,02
0,02
4,00
14,00
14,00
8,00
2,80

Итого за день: 0,00 руб.
73,40
84,10
211,09
1892,32
0,98
0,88
86,20
143,5
302,81
1052,53
264,94
18,08

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	24,02	28,34	13,77	19,62
Обед: 30-35 % Полдник: 10 %	52,73	60,34	27,15 6,01	40,64 3,39
Итого за день: 60-70 %	76,76	88,67	46,93	63,65

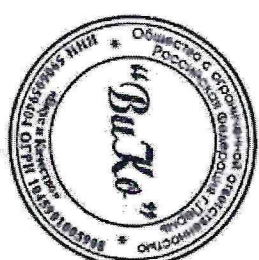
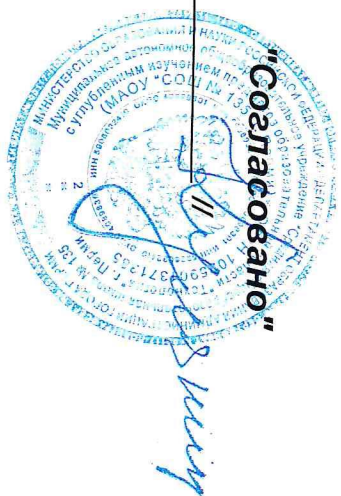
Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,2 : 2,6

Зав. производством
/

Калькулятор



/ Терещенко И.С. /



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудинова Т.Л. /

День 9 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанГин21)

Меню на 09.08.2021 года

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe

Застрпак														
----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Завтрак

70 СБ 2018г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 2 ВАРИАНТ(СБ2018)	20/10	1,71	8,53	10,56	121,77	0,02	0,02		59,0	5,00	14,90	2,60	0,26
217 СБ 2018г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (СБ2018)	200	6,17	7,72	37,15	243,58	0,19	0,19	1,63	49,1	123,79	234,22	64,98	1,08
464 СБ 2018г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,0	60,30	45,00	7,00	0,08
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
	КЕКС "ПЛОКПНОЙ" (СБ2018)	ШТ	0,30	0,99	2,85	21,51								

Итого по подменю:

11,13 19,08 73,22 506,27 0,25 0,30 2,28 118,1 192,89 307,12 77,18 1,66

Обед

148 СБ 2018г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы (СБ2018)	100	0,70	0,10	1,90	11,30	0,03	0,02	7,00		17,00	30,00	14,00	0,50
161 СБ 2013г.	КРЕМ-СУП ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	250/20	15,41	10,39	28,45	271,36	0,15	0,20	21,72	37,0	105,27	201,38	46,29	4,51
78 СБ 2018г	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	100	11,00	23,90	0,40	260,70	0,13	0,18			24,50	111,30	14,00	1,26
256 СБ 2018г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(СБ2018)	180	6,65	7,48	43,21	266,75	0,10	0,03		47,7	24,01	57,11	10,47	1,09
497 СБ 2018г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (СБ2018)	200	0,10	0,04	20,70	83,52			3,00		3,40	2,20	3,00	0,18
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю:

37,02 42,23 113,10 985,07 0,45 0,45 31,72 84,7 182,78 436,19 95,56 8,38

Полдник

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
	БУЛОЧКА МАЛЮТКА ТВОРОЖНАЯ (ПОКРОВСКИЙ)	ШТ	4,44	3,06	29,22	162,00											
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

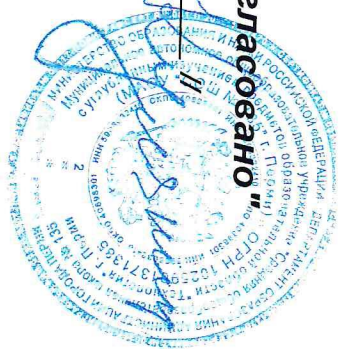
Итого по подменю:	4,44	3,06	52,22	254,00	0,02	0,02	4,00	14,00	14,00	8,00	2,80	
Итого за день: 0,00 руб.	52,59	64,37	238,54	1745,34	0,72	0,77	38,00	202,8	389,67	757,31	180,74	12,84

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	12,03	19,66	18,37	17,87
Обед: 30-35 %	41,13	45,90	29,53	36,31
Полдник: 10 %	2,10	0,26	8,99	5,48
Итого за день: 60-70 %	55,27	65,83	56,89	59,66

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,2 : 4,4

Зав. производством _____ / / Калькулятор _____ / Терещенко И.С. /



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудимова Т.Л. /

День 10 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанГин21) Меню на 10.08.2021 года

№ п.п.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		

Завтрак

1 СБ	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ(СБ2018)	100	2,64	6,17	15,06	127,47	0,08	0,10	42,05			65,47	75,44	47,51	6,83		
2018Г																	
366 СБ	ПТИЦА ОТВАРНАЯ(СБ2018)	100	26,79	22,96	0,49	316,28	0,11	0,18	5,53			45,6	34,47	188,89	24,77	1,64	
2018Г																	
213 СБ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (СБ2018)	180	3,37	4,59	19,82	134,06	0,11	0,06	1,92			26,5	8,57	80,65	53,35	1,83	
2018Г																	
459 СБ	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36											
2018Г																	
111 СБ	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01				3,80	13,00	2,60	0,24		
2013Г																	

Итого по подменю:

Обед

149 СБ	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ/ОГУРЦЫ (СБ2018)	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00			23,00	24,00	14,00	0,60		
2018Г																	
130 СБ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГРЕБЕШКАМИ(СБ2018).	250	13,46	8,28	16,93	196,38	0,12	0,13	12,04			26,64	156,22	31,32	2,97		
2018Г																	
333 СБ	ГОЛЫЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018).	100	14,59	16,78	6,36	234,48	0,08	0,14	19,68			36,8	31,66	172,18	30,56	2,38	
2018Г																	
377 СБ	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ/ОВОЩИ ПО-МЕКСИКАНСКИ.	90/90	3,69	10,48	23,00	201,85	0,15	0,12	16,58			26,9	60,32	117,34	44,32	1,46	
2018Г																	
495 СБ	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,44			22,54	15,42	6,01		1,23	
2018Г																	
108 СБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80	0,22		
2013																	
108 СБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62		
2013																	

Итого по подменю:

Полдник

36,14 35,98 88,21 824,11 0,41 0,44 53,74 63,7 172,76 519,36 134,01 9,48

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ (ПОКРОВСКИЙ)	ШТ	4,20	8,10	44,93	269,42												
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80				

Итого по подменю: 4,20 8,10 67,93 361,42 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

Итого за день: 0,00 руб. 74,70 78,39 212,05 1857,04 0,75 0,81 110,22 135,9 312,05 901,17 275,50 23,71

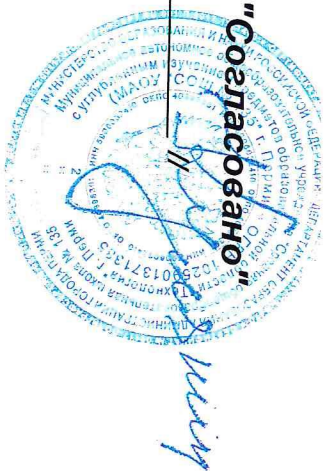
Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	38,18	37,29	14,60	24,75
Обед: 30-35 % Полдник: 10 %	40,17	39,09	23,03 6,01	30,37 3,39
Итого за день: 60-70 %	78,34	76,38	43,63	58,51

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,4

Заав. производством _____ / /

Калькулятор  / Терещенко И.С. /



"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "Вкус и Качество"

Сидорова / Кудинова Т.Л. /

День 11 Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанПин21) Меню на 11.08.2021 года

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак																	
279 СБ 2018г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛ.СГУЩ.(СБ2018)	200/30	45,69	15,19	51,37	473,64	0,14	0,60	1,94	86,3	482,92	556,01	64,49	1,24			
462 СБ 2018г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,0	123,37	105,72	24,20	0,78			
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ.	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24			
Итого по подменю:																	
			51,42	18,92	81,81	653,53	0,09	0,33	3,24	106,3	530,21	611,73	77,19	1,26			

Итого по полдню:

Обед

32 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (СБ2018)	100	3,29	8,09	7,74	116,88	0,02	0,06	8,85	17,7	40,59	83,62	23,28	1,31			
129 СБ 2018г	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	250	15,15	11,84	13,92	223,10	0,08	0,13	4,51	12,4	33,69	157,50	25,02	2,93			
337 СБ 2018г	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ2018)	100	15,70	17,26	5,78	241,33	0,07	0,21	0,59	55,0	68,01	190,55	23,45	2,19			
202 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ2018)	180	11,06	8,83	50,02	323,77	0,38	0,18	6,30	42,4	34,92	265,49	175,99	6,01			
520 СБ 2013г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,10	0,04	20,70	83,52			3,00			3,40	2,20	3,00	0,18		
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			

Итого по полдню:

Полдник

	КЕКС "ПОКУЛНОЙ" (СБ2018)	ШТ	0,30	0,99	2,85	21,51											
518	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		

Итого по подменю: 0,30 0,99 25,85 113,51 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

Итого за день: 0,00 руб. 100,18 66,29 224,26 1846,08 0,81 1,39 30,49 233,9 813,30 1422,29 357,83 18,52

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	57,13	20,57	21,36	24,05
Обед: 30-35 %	53,84	50,41	30,44	39,81
Полдник: 10 %			6,01	3,39
Итого за день: 60-70 %	110,98	70,98	57,81	67,25

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 2,2

Зав. производством / / Калькулятор  / Терещенко И.С. /

"Удостоверено"

Signature

/ Кудинова Т.Л. /

Меню для питания учащихся 5-11 классов вариант 2(СанПин21)	
--	--

Меню на 12.08.2021 года

Obed

Итого по подменю:

Obed

Полдник

Итого по подменю:

40,45	40,60	715,74	986,65	0,30	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70	0,80	0,90	1,00
-------	-------	--------	--------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

Подъник									
БУЛОЧКА МАЛЮТКА ТВОРОЖНАЯ (ПЛОКОВСКИЙ)	ШТ	4,44	3,06	29,22	162,00				

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
18	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80			

Итого по подменю:

4,44 3,06 52,22 254,00 0,02 0,02 4,00 14,00 14,00 8,00 2,80

Итого за день: 0,00 руб.

61,82 320,98 251,70 1967,84 0,43 0,51 39,24 138,0 205,97 590,86 136,32 18,87

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	30,96	23,48	18,84	21,79
Обед: 30-35 %	44,94	44,13	30,22	36,37
Полдник: 10 %	4,93	3,33	13,63	9,36
Итого за день: 60-70 %	80,83	70,93	62,69	67,52

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,3

Зав. производством _____ / / Калькулятор _____ / Терещенко И.С. /