

СОГЛАСОВАНО:

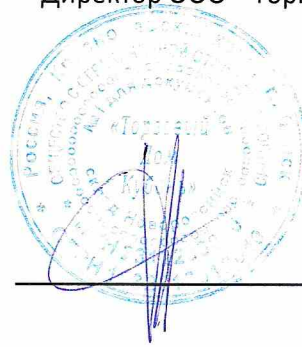
Директор
МБОУ ООШ №31
имени Т. В. Ластовицкого



Л. И. Шамакина

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

ПЕРИОД: О С Е Н Ь

20__г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно

СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20

2022 г.

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

1 - я неделя

45%

Возрастная категория: с 7 до 11лет

Сезон : О С Е Н Ь 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 1 -й	О Б Е Д							
	Борщ с картофелем и св/капустой	200	3,208	7,372	18,53	153,300	1	82/11
	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	31	71 /11
	макароны с маслом	160	11,156	12,250	26,01	258,914	29	203 /11
	Суфле из печени	90 / 20	12,898	13,492	12,952	224,828	15	282/11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,632	0,274	28,64	119,554	42	349/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	38	Пром.пр.
	итого за обед		32,68	34,208	120,33	919,92	суммарный объём п/ гр. Обед 810	
	П О Л Д Н И К							
итого за полдник	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,460	49	376/11
	Кондитерские изделия (печенье)	20	0,848	0,952	4,708	30,792	39	Пром.пр.
	Фрукты свежие (бананы)	110	0,44	0,44	10,78	48,840	40	338 / 11
	итого за полдник		1,36	1,412	30,49	140,09	суммарный объём порций гр. 330	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,04	35,62	150,82	1060,02		
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 2 -й	О Б Е Д							
	Суп с крупой	200	3,325	5,292	13,891	116,492	2	115/11
	Шницель рыбный (минтай)	90 / 20	10,96	7,09	13,985	163,588	12	235/11
	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	0,66	0,12	2,28	12,840	31	71 /11
	картофель пюре / Капуста тушёная	120/ 30	2,48 1,105	7,330 2,065	20,84 2,97	159,250 34,885	26	128-131/ /11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,680	41	389/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	38	Пром.пр.
	итого за обед		23,33	22,539	103,77	711,22	суммарный объём п/ гр. Обед 790	
	П О Л Д Н И К							
итого за полдник	Кофейный напиток	200	4,5	3,7	19,6	129,700	45	379/11
	Бутерброд с сыром	30/10/10	6,42	9	17,3	175,880	36	3 /11
	Фрукты свежие (апельсин)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	40	338 / 11
	итого за полдник		11,32	13,100	46,70	349,98	суммарный объём порций гр. 350	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,65	35,64	150,47	1061,20		
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

1 - я неделя

45%

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : О С Е Н Ь 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 3 -й	О Б Е Д							
	Суп с макаронами	200	1,91	6,062	9,64	100,758	3	112/11
	Тефтели мясные	70 / 50	4,304	3,71	9,173	87,298	20	278 /11
	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	31	71 /11
	каша ячневая	150	3,189	6,57	20,32	153,166	24	171-133 /11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,680	41	389/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	38	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	40	338 / 11
	итого за обед		14,50	17,372	95,79	597,51	суммарный объём п/ гр. Обед 890	
	П О Л Д Н И К							
	Чай с молоком	200	2,82	3,45	16,653	108,942	47	378/11
	запеканка из творога с молоком сгущённым	150 / 10	16,685 0,714	13,876 0,5	34,01 5,52	324,663 29,436	32	223 /11
	итого за полдник		20,22	17,826	56,18	463,04	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,72	35,20	151,98	1060,55	порций гр. 360	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 4 -й	О Б Е Д							
	Суп картофельный с горохом	200	6,79	7,826	29,05	213,794	4	102 /11
	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	31	71 /11
	Жаркое по - дормашнему	45 / 125	15,093	19,159	23,564	318,850	16	259/11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,632	0,274	28,64	119,554	42	349/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,56	60,260	38	Пром.пр.
	итого за обед		26,74	27,959	111,27	795,47	суммарный объём п/ гр. Обед 700	
	П О Л Д Н И К							
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,460	49	378/11
	Бутерброд с рыбными изделиями	90 /30	7,51	7,25	14,356	152,714	14	5 - 234 /11
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	40	338 / 11
	итого за полдник		7,98	7,670	39,16	257,57	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,72	35,63	150,43	1053,04	порций гр. 420	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

1 - я неделя

45%

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон :

О С Е Н Ь 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 5 -й	О Б Е Д							
	Щи из св/капусты с картофелем	200	4,206	4,850	10,021	100,558	5	88/11
	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	31	71 /11
	Котлета рубленая из птицы	90 / 20	15,973	16,584	18,272	286,236	22	294/11
	Каша пшенная	150	7,906	11,860	38,37	291,844	25	171-75 /
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,680	41	389/11
	Хлеб пшеничный	45	2,38	0,32	18,36	85,840	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,695	0,36	12,55	60,220	38	Пром.пр.
	итого за обед		33,58	34,034	119,63	919,16	суммарный объём п/ гр. Обед 795	
	П О Л Д Н И К							
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,460	49	376/11
	Кондитерские изделия (печенье)	25	1,06	1,19	5,135	26,450	39	Пром.пр.
	Фрукты свежие (апельсин)	105	0,42	0,42	10,29	46,620	40	338 / 11
	итого за полдник		1,55	1,630	30,43	133,53	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			35,13	35,66	150,06	1052,69	порций гр. 330	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеда - полдники 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,000
СанПин 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,000
7-11 л	ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,000
							энерг-я	
Среднее за 10 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	ценность	0,000

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

2 - я неделя

45%

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон : **О С Е Н Ь** 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 6 -й	О Б Е Д							
	Свекольник	200	3,01	5,101	15,89	121,509	6	83/11
	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	0,66	0,12	2,28	12,840	31	71 /11
	Плов с говядиной	50 / 130	15,251	17,553	42,711	389,825	17	265/11
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,460	49	376/11
	Хлеб пшеничный	50	2,625	0,355	20,397	95,283	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	38	Пром.пр.
	итого за обед			23,88	23,629	113,02	760,24	суммарный объём п/ гр. Обед 730
П О Л Д Н И К								
Оладьи из печени с картофелем	90	3,525	6,751	15,895	138,439	21	282/11	
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	37	Пром.пр.	
Молоко кипячёное	200	5,8	5	9,6	106,600	46	385/11	
итого за полдник			10,91	11,961	37,74	302,21	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,78	35,59	150,75	1062,45	порций гр. 320	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 7 -й	О Б Е Д							
	Суп из овощей	200	5,859	8,906	15,156	164,214	7	99/11
	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	31	71 /11
	Тефтели рыбные (минтай)	90 / 10	11,38	7,655	12,24	162,375	13	239/11
	Картофельное пюре /	100 / 50	2,314	4,992	18,935	129,924	27	128-73
	/ икра кабачковая		1,865	3,594	7,27	68,898		/ 11
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,92	87,680	41	389/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	38	Пром.пр.
	итого за обед			27,21	25,967	108,72	776,42	суммарный объём п/ гр. Обед 790
П О Л Д Н И К								
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,460	49	376/11	
Бутерброд с сыром	30/10/10	6,42	9	17,3	175,880	36	3/11	
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	40	338 / 11	
итого за полдник			6,89	9,420	42,10	280,74	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,10	35,39	150,82	1057,16	порций гр. 350	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

2 - я неделя

45%

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон :

О С Е Н Ь 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	О Б Е Д							
	Суп с лапшой	205	6,84	3,55	21,03	143,430	8	111/11
	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	0,66	0,12	2,280	12,840	31	71 /11
	Омлет с птицей	160	9,69	21,35	34,713	369,762	23	212/11
	чай с лимоном	200	0,145	0,023	14,89	60,347	48	377/11
	Хлеб пшеничный	50	2,625	0,355	20,397	95,283	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	38	Пром.пр.
	итого за обед		22,22	25,878	110,05	761,98	суммарный объём п/ гр. Обед 715	
	П О Л Д Н И К							
	Кофейный напиток	200	4,5	3,7	19,6	129,700	45	379/11
	Сыр порциями (Костромской)	15	5,84	5,092	0	59,690	35	15/11
	Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,170	37	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	40	338 / 11
	итого за полдник		12,32	9,402	41,64	290,96	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,54	35,28	151,69	1052,94	порций гр.	345
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептур
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9 -й	О Б Е Д							
	Суп с клёцками	200	6,904	7,945	9,01	135,161	9 - 10	108-109/11
	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	0,42	0,06	1,14	6,780	31	71 /11
	Биточки особые мясные	90	11,57	10,05	15,85	200,130	18	269/11
	Картофель тушёный с овощами	150	2,98	8,64	25,320	190,960	30	142-131/11
	Кисель витаминизированный	200	0,253	0,118	33,020	134,154	43	359/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	38	Пром.пр.
итого за обед			26,49	27,573	117,40	823,73	суммарный объём п/ гр. Обед 780	
	П О Л Д Н И К							
	молоко кипячёное	200	5,8	5	9,6	106,60	46	385/11
	Сырник картофельный с творогом	100	2,605	3,01	23,65	122,36	34	149/11
итого за полдник			8,41	8,010	33,25	228,9580	суммарный объём	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,90	35,58	150,65	1052,69	порций гр.	300
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50	полдника	

2 - я неделя

45%

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон :

О С Е Н Ъ 20__ год.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сборнику рецептов
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
2 -я День 10 -й	О Б Е Д							
	Суп с рыбными фрикадельками	200	6,225	3,401	11,231	100,433	11	106/11
	Котлета мясная	80 / 20	7,423	10,943	8,04	160,339	19	268/11
	картофель пюре /	95 / 60	1,224	4,965	17,16	118,221	28	128-75/11
	икра свекольная		1,73	1,47	3,29	33,310		
	чай с лимоном	200	0,145	0,023	14,89	60,347	48	377/11
	Хлеб пшеничный	40	2,107	0,28	16,32	76,228	37	Пром.пр.
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,320	38	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,400	40	338/11
	итого за обед		21,51	21,962	97,47	673,60	суммарный объём п/ гр. Обед 835	
	П О Л Д Н И К							
	запеканка рисовая с	140 / 10	8,907	10,448	23,842	225,028	33	188/11
	молоком сгущённым		0,714	0,5	5,52	29,436		
	Какао витаминизированный	200	3,8	3	23	134,200	44	382/11
итого за полдник			13,42	13,948	52,36	388,66	суммарный объём порций гр. 350	
ВСЕГО: за обед и полдник			34,94	35,91	149,83	1062,26	полдника	
Норма по СанПин			34,65	35,55	150,75	1057,50		

Возрастная категория: с 7 до 11 лет меню обеды - полдники 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Отклонение от нормы в % (+ / -)	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
Итого за день по СанПиН 100%			77	79,0	335	2350	белки	0,000
СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20							жиры	0,000
7-11 л	ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ	45%	34,65	35,55	150,75	1057,50	углеводы	0,000
							энерг-я	
Среднее за 10 дней (фактически)			34,65	35,55	150,75	1057,50	ценность	0,000

Ответственный за разработку меню инженер-технолог _____/Ткаченко А.Н./

Литература:

- 1 САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ, УЧРЕЖДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОГО И СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА И НОРМАТИВЫ СанПиН 2.3/2.4 3590 -20
- 2 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276 с.
- 3 СБОРНИК РЕЦЕПТУР НА ПРОДУКЦИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВСЕХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ РЕКОМЕНДОВАНО НИИ питания РАМН изд. "МОСКВА" ДЕЛИТ ПРИНТ 2011 г.

10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

возрастная категория: 7-11 лет

1 - я неделя

45%

О С Е Н Ь 2022 год.

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
			Борщ с картофелем и свежей капустой			Суфле из печени			соус		
1 - й день						сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
О Б Е Д			сырьё	брутто	нетто	печень	108	90	сметана	4,9	4,9
82/11	Борщ с картофелем и свежей капустой	200	свекла	40	32	мука пш.	5	5	мука пш.	1,38	1,38
			капуста б/кач	21,25	17	лук репчат.	6,24	5,2	вода	13,8	13,8
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	картофель	21,4	16	морковь	6	4,8	лавр./лист	0,0004	0,0004
			морковь	10	8	Хлеб пш.	4,3	4,3	соль	0,2	0,2
203/11	макароны с маслом	160	лук репчат.	9,6	8	яйца шт./гр.	0,075шт.	3	лук репчат.	4,76	4
282/11	Суфле из печени	90/20	м/сливочное	4	4	м/растительное	5,2	5,2	м/сливочное	0,4	0,4
349/11	компот из смеси сухофруктов	200	томат пюре	6	6	соль	0,43	0,43	макароны с маслом		
			сахар	1,2	1,2	сухарь паниро	3,6	3,6	сырьё	брутто	нетто
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лавр./лист	0,008	0,008	овощи свежие или солёные			макароны	53,5	53,5
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40	соль	0,9	0,9	сырьё	брутто	нетто	вода	321	
П О Л Д Н И К			вода	160	160	огурец св.	63,12	60	м/сливочное	7,2	7,2
375/11	чай с сахаром	200	приправа овощн	1,1	1,1	чай с сахаром			компот из смеси сухофруктов		
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	20	говядина	5,89	5	сырьё	брутто	нетто			
			Кондитерские изделия			чай	0,5	0,5	сырьё	брутто	нетто
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	110	сырьё	брутто	нетто	вода	66		смесь сух-в	22,5	22,5
			печенье	20	20	сахар	10	10	сахар	8	8
			Фрукты свежие			вода	150		лим/кислота	0,2	0,2
			сырьё	брутто	нетто				вода	200	200
			бананы	149,000	100						

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
			Суп с крупой			Шницель рыбный			СОУС:		
2 - й день			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
О Б Е Д			крупка пшено	20	20	минтай б/г	111,259	78	сметана	4,9	4,9
116/11	Суп с крупой	200	морковь	10	8	лук репчат.	18	16,2	томат пюре	2	2
235/11	Шницель рыбный (минтай)	90/20	лук репч.	9,6	8	зелень	1,9	1,8	мука пшен.	1,38	1,38
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	м/сливочное	4	4	молоко	7,2	7,2	вода	13,8	13,8
			лавр./лист	0,008	0,008	яйца шт./гр.	0,09шт.	3,6	лавр. / лист	0,0004	0,0004
128/11	картофельное пюре /	120/30	соль	0,9	0,9	сухарь паниро	10,8	10,8	соль	0,2	0,2
139/11	капуста тушёная		вода	200	200	м/растительн	9	9	лук репчат.	4,76	4
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	говядина	5,89	5	соль	0,66	0,66	м/сливочное	0,4	0,4
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	овощи свежие или солёные			картофельное пюре /капуста тушёная					
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
П О Л Д Н И К			помидор	70,8	60	картофель	140,4	105,6	капуста св.	42,6	34,2
379/11	Кофейный напиток	200	Кофейный напиток			м /сливочное	3,6	3,6	м/растительн	1,2	1,2
3 /11	Бутерброд с сыром	50	сырьё	брутто	нетто	молоко	19,2	18	томат	1,8	1,8
338 / 11	Фрукты свежие (апельсин)	100	Кофейный напит	4,5	4,5				морковь	0,9	0,75
			молоко	200	200				лук репч.	1,5	1,2
			сахар	5	5	Бутерброд с сыром			лавр. Лист	0,0024	0,0024
			вода	20	20	сырьё	брутто	нетто	мука пш.	0,3	0,3
			Фрукты свежие			Хлеб пш.	30	30	сахар	0,9	0,9
			сырьё	брутто	нетто	сыр костромско	10,34	10	лимон/кислота	0,027	0,027
			апельсин	141,91	100	м/сливочное	10	10	вода	0,873	0,873

10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

возрастная категория: 7-11 лет

1 - я неделя

45%

ОСЕНЬ 2022 год.

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
3 - й день			Суп с макаронами			каша ячневая/			Тефтели мясные		
О Б Е Д			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
112/11	Суп с макаронами	200	макароны	14	14	ячневая	35,97	35,97	филе бедра кур	49,96	44,46
278/11	тефтели мясные	70 / 50	картофель	53,4	40	вода	115,1		говядина	2,56	2,15
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	морковь	10	8	м/сливочное	5,5	5,5	Хлеб пш.	23	23
171/11	каша ячневая	150	лук репчат.	9,6	8				молоко	6,5	6,5
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	м/сливочное	4	4				яйца шт./гр.	0,065 шт.	2,6
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	томат пюре	2	2	Фрукты свежие (яблоко)			лук репчат.	16,08	13,4
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	соль	0,82	0,82	сырьё	брутто	нетто	м/сливочное	2,7	2,7
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100	лавр./лист	0,008	0,008	нарезка	113,5	100	сухарь панир	5	5
П О Л Д Н И К			вода	170	170	запеканка из творога с			м/растительно	3,5	3,5
			бедро птицы	5,89	5	молоком сгущённым			СОУС		
378/11	чай с молоком	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ			сырьё	брутто	нетто	сметана	6,5	6,5
223/11	запеканка из творога с молоком сгущённым	150/10	сырьё	брутто	нетто	творог	141	138	мука пш.	3,75	3,75
			чай	1	1	мука пш.	12	12	вода	44	44
			вода	66	66	сахар песок	12,05	12,05	томат пюре	5	5
			сахар	5	5	яйца шт./ гр.	0,15гр.	6,0	л/лист	0,001	0,001
			молоко	158,25	150	м/сливочное	6	6	соль	0,5	0,5
			овощи свежие или солёные			сухарь пан	6	6			
			сырьё	брутто	нетто	сметана	6	6			
			огурец св.	63,12	60	молоко сгущ.	10	10			

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
4 - й день			Суп картофель. с горохом			Жаркое по - дормашнему			Компот из смеси сухофруктов		
102/11	Суп картоф. с горохом	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	картофель	53,4	40	свинина	78,83	67,05	сушёные	22,5	22,5
259/11	Жаркое по - дормашнему	45/125	морковь	10,63	8,5	картофель	136,27	102,2	сахар	8	8
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200	лук репчат.	9,6	8	лук репчат.	9,84	8,2	лим/кислота	0,2	0,2
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	горох лущ.	16	16	томат пюр	6	6	вода	200	200
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	м/сливочное	4	4	м/растительнс	2,63	2,63			
П О Л Д Н И К			соль	0,9	0,9	м/сливочное	4	4	Бутерброд с рыбными изделиями		
			лавр./лист	0,008	0,008	лавр. /лист	0,008	0,008	сырьё	брутто	нетто
376/11	чай с сахаром	200	вода	140	140	приправа овощн	1,1	1,1	б/г минтай	94,152	66
5-234 /11	Бутерброд с рыбными изделиями	90 / 30	говядина	5,89	5	Чай с сахаром			молоко	3,5	3,5
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	100	овощи свежие или солёные			сырьё	брутто	нетто	яйца	0,09шт.	3,6
			сырьё	брутто	нетто	чай	0,5	0,5	лук репчат.	12,69	9,9
			огурец	63,12	60,00	вода	66	66	хлеб пш.	16	16
			Фрукты свежие			сахар	10	10	сухарь панир	9	9
			сырьё	брутто	нетто	вода	150	150	м/растительн	5,82	5,82
			бананы	149,000	100				выход котлеты 90 гр.		
									хлеб пш.	30	30

10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
для ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

возрастная категория: 7-11 лет

1 - я неделя

45%

О С Е Н Ь 2022 год.

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
5 - й день											
О Б Е Д			Щи из свежей капусты с картофелем			Котлета рубленая из птицы			СОУС		
88/11	Щи из св/ капусты с карт	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	капуста б/кач	51,25	41	бедро куриное	118,84	66,60	мука пш.	0,4	0,4
294/11	Котлета рубленая из птицы	90/20	картофель	32,0	24,0	хлеб пш.	19,2	19,2	вода	13,15	13,15
171/11	каша пшенная	150	морковь	10	8	молоко	19,4	19,4	томат пюре	2,81	2,81
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	лук репчат.	9,6	8	яйцо шт./ гр.	0,025 шт.	1	сметана	0,8	0,8
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	45	томат пюре	2	2	м/сливочное	3,6	3,6	лук репчат.	1,03	0,875
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30	м/сливочное	4	4	сухарь паниров.	9	9	м/сливочное	2,35	2,35
			соль	0,5	0,5	м/растительное	6	6	морковь	6,84	5,47
			лавр./лист	0,008	0,008				лавр./лист	0,002	0,002
			вода	160		овощи свежие или солёные			соль	0,05	0,05
			приправа овощн	1,5	1,500	сырьё	брутто	нетто	каша пшенная		
			говядина	5,89	5	огурец	63,12	60,00	сырьё	брутто	нетто
									Крупа пшено	43	43
						чай с сахаром			м/сливочное	5,95	5,95
П О Л Д Н И К			Фрукты свежие			сырьё	брутто	нетто	вода	115,2	
375/11	чай с сахаром	200	сырьё	брутто	нетто	чай	0,5	0,5			
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	25	апельсин	149,000	110	вода	66				
338 / 11	Фрукты свежие (апельсин)	105				сахар	10	10	Кондитерские изделия		
						вода	150		печенье	25	25

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
6 - й день			Свекольник						плов с говядиной		
83/11	Свекольник	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	свекла	58,5	45	сахар	1	1	говядина	91,37	79
265/11	Плов с говядиной	50/130	картофель	7,1	5,3	м/сливочное	3	3	крупа рисовая	44,20	44,20
377/11	чай с лимоном	200	морковь	8	6,4	соль	0,9	0,9	м/растительн	7,5	7,5
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	лук репчат.	7,68	6,4	лавр./лист	0,008	0,008	лук репчат.	9	7,5
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40	томат пюре	1,6	1,6	вода	160	160	морковь	13	10,4
			яйца шт./ гр.	0,32325 шт	12,93	говядина	5,89	5	томат пюре	10,4	10,4
			сметана	4,9	4,9	овощи свежие или солёные			соль	0,8	0,8
			м/растительное	1	1	сырьё	брутто	нетто	вода	104	104
П О Л Д Н И К						помидор	70,8	60	специи д/плова	1,5	1,5
282/11	Оладьи из печени с картофелем	90	Оладьи из печени с картофелем						чай с лимоном		
385/11	Молоко кипячёное	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	печень	55	45	яйца шт./ гр.	0,132 шт.	5,28	чай	0,5	0,5
			картофель	41,334	31	крупа манная	12,33	12,33	вода	66	
			крахмал	3,5	3,5	м/сливочное	6,3	6,3	сахар	10	10
			мука пш	4,28	4,28	Молоко кипячёное			вода	150	150
			лук репчат.	9,292	7,8	сырьё	брутто	нетто	лимон	5,834	5
						молоко	211	200			

10 - ТИДНЕВНАЯ МЕНЮ - РАСКЛАДКА
для ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

возрастная категория: 7-11 лет

2 - я неделя

45%

О С Е Н Ь 2022 год.

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
7 - й день			Суп из овощей			тефтели			соус в тефтели		
99 / 11	Суп из овощей	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 / 11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	горошек консерв	38,34	25	минтай б/г	99,862	70,00	мука пш.	0,55	0,55
			картофель	53,4	40	хлеб пш.	17,8	17,8	вода	6,5	6,5
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/10	морковь	10	8	молоко	3,44	3,44	томат пюре	0,5	0,5
128-73 / 11	картофельное пюре / /икра кабачковая	100/50	лук репчат.	9,6	8	лук репчат.	11,61	9	сметана	1,8	1,8
			м/сливочное	4	4	яйцо шт./гр.	0,094шт.	3,76	лук репчат.	0,515	0,43
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200	соль	1	1	сухарь панир.	7,2	7,2	м/сливочное	1	1
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лавр./лист	0,008	0,008	м/растительнс	5	5	морковь	3,4	2,7
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40	вода	150	150				лавр./лист	0,01	0,01
ПОЛДНИК			говядина	5,89	5				соль	0,1	0,1
376/11	чай с сахаром	200	картофель пюре / Икра кабачковая								
3 / 11	Бутерброд с сыром	50	овощи свежие или солёные			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100	сырьё	брутто	нетто	картофель	117,34	88,00	кабачёк	67,15	53,7
			огурец	63,12	60,00	молоко	16	15	капуста св.	13,8	11
			чай с сахаром			м/сливочное	3	3	лук репчат	6,55	5,5
			сырьё	брутто	нетто	Бутерброд с сыром			томат пюре	5,5	5,5
			чай	0,5	0,5	сырьё	брутто	нетто	м/раститель	2,5	2,5
			вода	66		Хлеб пш.	30	30	Фрукты свежие (яблоко)		
			сахар	10	10	сыр костромско	10,34	10	сырьё	брутто	нетто
			вода	150		м/сливочное	10	10	нарезка	113,5	100

возрастная категория: 7-11 лет

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
8 - й день			Суп с лапшой			Омлет с птицей			чай с лимоном		
111/11	Суп с лапшой	205	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
71 / 11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60	мука пш.	14,35	14,35	филе бедро ку	40,37	35,94	чай	0,5	0,5
			мука пш.	0,88	0,88	помидоры св.	5,9	5	вода	66	
212/11	Омлет с птицей	160	яйца шт./гр.	0,1025шт.	4,1	сыр костромск	10,42	10	сахар	10	10
376/11	чай с лимоном	200	молоко	2,87	2,87	яйца	2,81525шт	112,61	вода	150	150
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50	<i>выход подсушенной лапши 16,4 гр.</i>			молоко	36,4	36,4	лимон	5,834	5
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40	лук репчат.	9,84	8,2	соль	0,6	0,6	овощи свежие или солёные		
			м/сливочное	4,1	4,1	м/сливочное	5	5	сырьё	брутто	нетто
			соль	0,9	0,9				помидор	70,8	60
			лавр./лист	0,0092	0,0092						
			вода	194,75	194,75						
ПОЛДНИК			бедро птицы	7,755	5,5	Кофейный напиток			сыр порциями		
379/11	Кофейный напиток	200				сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
15 / 11	Сыр порциями (костромской)	15				Кофейный нап	4,5	4,5	сыр костромск	15,51	15
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30	Фрукты свежие			молоко	200	200			
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	100	сырьё	брутто	нетто	сахар	5	5			
			бананы	100,00	100	вода	20	20			

Сборник рецепт №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.	норма закладки продуктов в гр на 1 порцию								
9 - й день			Суп с клецками			Биточки особые			Картофель тушёный		
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	с овощами		
108/11	Суп с клецками	200	картофель	53,4	40	говядина	22,82	19,4	сырьё	брутто	нетто
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60	морковь	10	8	свинина	61,87	52,6	картофель	154,81	115,6
269/11	Биточки особые мясные	90	лук репчат.	9,6	8	хлеб пш.	15	15	морковь	8,4	6
142-131/1	Картофель тушёный с овощами	150	м/сливочное	4	4	молоко	4,9	4,9	лук репчат.	7,2	6
359/11	Кисель витаминизированный	200	соль	0,9	0,9	лук репчат.	10,8	9	м/сливочное	10	10
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	лавр./лист	0,008	0,008	яйцо шт. / гр.	0,09 шт.	3,6	лавр. / лист	0,0120	0,0120
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40	вода	155	155	сухарь панир.	9	9	горошек зелёный	35,000	22,76
			говядина	5,89	5	м/растительное	6	6	соль	0,39	0,39
			КЛЕЦКИ: соль	0,45	0,45	Кисель витаминизированный			приправа овощ.	1,8	1,8
			молоко	24,2	24,2	сырьё	брутто	нетто	соус		
			м/сливочное	1,75	1,75	сухофрукты	22,5	22,5	сметана	7,5	7,5
			яйца шт./гр.	0,11 шт.	4,4	сахар	4,13	4,13	мука пшенич	2,25	2,25
			мука пш.	15,4	15,4	яблоки св.	3	2,5	томат пюре	3	3
			овощи свежие или солёные			сок яблочный	100	100	вода	22,5	22,5
			сырьё	брутто	нетто	крахмал	10	10	лавр. / лист	0,0006	0,0006
			огурец	63,12	60,00	вода	118	118	соль	0,3	0,3
			Сырник картофельный с творогом			Молоко кипячёное					
ПОЛДНИК			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
385/11	Молоко кипячёное	200	картофель	93,6	70,2	м/сливочное	2,1	2,1	молоко	211	200
149/11	Сырник картофельный с творогом	100	творог	35,34	34,3	сухарь панир.	4,8	4,8			
			мука пш.	4,2	4,2	м/растительное	3,05	3,05			
			яйца шт./гр.	0,105 шт.	4,2						

10 - й день			Суп с рыбными фрикадельками						Котлета мясная		
106/11	Суп с рыбными фрикадельками	200	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
			картофель	53,4	40	лавр./лист	0,008	0,008	свинина	69,2	59,8
268/11	Котлета мясная	80/20	морковь	10	8	вода	140	140	Хлеб пш.	14,7	14,7
128-75/11	картофельное пюре икра свекольная	95 / 60	лук репчат.	9,6	8	фрикадельки			молоко	9,48	9,48
			томат пюре	2	2	яйца шт. / гр.	0,05шт.	2	яйца шт. / гр.	0,043 шт.	1,72
376/11	чай с лимоном	200	м/сливочное	3	3	минтай б/г	67,05	47	лук репчат.	10	8
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40	соль	0,9	0,9	лук репчат.	10,234	8,6	сухарь панир	8	8
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40	приправа для с	1,467	1,467				м/растительное	4,6	4,6
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100	картофель пюре			икра свекольная			СОУС: сметана	4,9	4,9
			сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	томат пюре	2	2
			картофель	111,2	83,6	свекла	57,42	45	мука пшен.	1,38	1,38
			м /сливочное	2,85	2,85	лук репчатый	12,48	10,5	вода	13,8	13,8
			молоко	15,2	14,25	томат пюре	15	15	лавр. / лист	0,0004	0,0004
			Фрукты свежие (яблоко)			м/растительное	4,5	4,5	соль	0,2	0,2
			нарезка	113,5	100	сахар	0,72	0,72	лук репчат.	4,76	4
ПОЛДНИК			Запеканка рисовая с молоком сгущённым						м/сливочное	0,4	0,4
188/11	Запеканка рисовая с молоком сгущённым	140/10	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	Какао		
			крупа рисовая	31,00	31,00	яйца шт./гр.	0,14 шт.	5,6	витаминизированный		
382/11	Какао витаминизированный	200	молоко	14,86	14,86	ванилин	0,014	0,014	сырьё	брутто	нетто
			вода	49,2	49,2	сухарь панир	2,8	2,8	Какао	4,5	4,5
			творог	53,35	52,7	сметана	2,8	2,8	молоко	200	200
			сахар	9	9	м/слив д/протв	2,8	2,8	сахар	5	5
						молоко сгущ.	10	10	вода	10	10
			чай с лимоном								
			чай	0,5	0,5	сахар	10	10	вода	150	150
			вода	66		лимон	5,834	5			

1 - я неделя

О С Е Н Ь 2022 год.

45%

возрастная категория: 7-11 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

1-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	м/сливочное	11,6	11,6	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	44,3	44,3	м/растительное	5,2	5,2	томат пюре	6	6
мука пш.	6,38	6,38	яйцо шт. / гр.	0,0750	3,00	капуста б/кач	21,25	17
макароны	53,5	53,5	сахар	19,2	19,2	лук репчатый	20,6	17,2
картофель	21,4	16	кондитер	20	20	морковь	16	12,8
всего овощей	166,970	145,0	ЧАЙ	0,5	0,5	свекла	40	32
бананы	брутто	110	соль	1,53	1,53	огурец свежий	63,12	60,00
сухофрукты	22,5	22,5	итого Специи	1,3084	1,3084	итого овощи	166,970	145,00
говядина	5,89	5	лавр./лист	0,0084	0,0084			
ПЕЧЕНЬ	108	90	приправа овощная	1,1	1,1			
сметана	4,90	4,9	ЛИМ КИСЛ	0,2	0,2	вода	910,8	910,8
			сухарь панирован.	3,6	3,6			

2-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	сыр	10,34	10	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	70	70	сметана	4,9	4,9	капуста св.	42,6	34,2
мука пш.	1,68	1,68	м/сливочное	18	18	томат пюре	3,8	3,8
крупа пшено	20	20	м/растительное	10,2	10,2	зелень св.	1,9	1,8
картофель	140,40	105,60	яйцо шт. / гр.	0,0900	3,60	лук репчатый	33,86	29,40
всего овощей	163,86	137,95	сахар	5,9	5,9	морковь	10,9	8,75
фрукты апельсин	141,905	100	кофейный	4,5	4,5	помидор св.	70,8	60
сок	200	200	соль	1,76	1,76	итого овощи	163,860	137,95
говядина	5,89	5	итого Специи	0,0378	0,0108			
минтай без/голов	111	78	лавр./лист	0,0108	0,0108	вода	234,673	234,673
молоко	226,4	225	ЛИМ КИСЛ	0,027	0,027			
			сухарь панирован.	10,8	10,8			

1 - я неделя

О С Е Н Ь 2022 год.

45%

возрастная категория: 7-11 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

3-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	творог	141,000	138,00	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	53	53	сметана	12,5	12,5	томат пюре	7	7
мука пш.	15,75	15,75	м/сливочное	18,2	18,2	лук репчатый	25,68	21,40
крупа ячка	35,97	35,97	м/растительное	3,5	3,5	морковь	10	8
макароны	14	14	яйцо шт. / гр.	0,2150	8,6	огурец св.	63,12	60
картофель	53,4	40,00	сахар	17,1	17,1	итого овощи	105,800	96,40
всево овощей	105,800	96,40	чай	1	1			
фрукты яблоко св	113,500	100	соль	1,32	1,32	вода	395,1	280
Сок персиковый	200	200	итого Специи	0,009	0,009			
говядина	2,56	2,15	лавр./лист	0,009	0,009	Я И Ц А	штук	грамм
филе бедро птицы	56	49,46	сухарь панирован.	11,0	11	в запекунку	0,1500	6,0
молоко	164,75	166,50				в тефтели	0,0650	2,6
молоко сгущёное	10					ИТОГО ЯИЦА	0,2150	8,6

4-й день								
сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30	м/сливочное	8	8	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	86	86	м/растительное	8,45	8,45	томат пюре	6	6
крупа горох	16	16	яйцо шт. / гр.	0,0900	3,60	лук репчатый	32,13	26,10
картофель	189,67	142,2	сахар	18,0	18,0	морковь	10,63	8,5
всево овощей	111,880	100,60	чай	0,5	0,5	огурец свежий	63,12	60,00
бананы	149,0	100	соль	0,9	0,9	итого овощи	111,880	100,60
сухофрукты	22,5	22,5	итого Специи	1,316	1,316			
итого мяса	84,72	72,05	лавр./лист	0,016	0,216	вода	556,00	556
минтай б/г	94,152	66	приправа овощная	1,1	1,1	МЯСО	брутто	нетто
молоко	3,5	3,5	ЛИМ КИСЛ	0,2	0,2	свинина	78,83	67,05
						говядина	5,89	5
			сухарь панирован.	9,0	9	итого мяса	84,72	72,05

возрастная категория: 7-11 лет

ОБЕДЫ

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

5-й день

сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	30	30
хлеб пшен.	64,2	64,2
мука пш.	0,4	0,4
крупа пшено	43	43
картофель	32,0	24,0
всего овощей	146,650	128,16
фрукты апельсин	149,000	105
сок яблочный	200	200
говядина	5,89	5
бедро кур на кости	118,8	66,60
молоко	19,4	19,4

сырьё	брутто	нетто
сметана	0,8	0,8
м/сливочное	15,9	15,9
м/растительное	6	6
яйцо шт. / гр.	0,0250	1,00
сахар	10,00	10,00
кондитерка	25	25
чай	0,5	0,5
соль	0,550	0,550
итого Специи	1,5100	1,510
лавр./лист	0,01	0,01
приправа овощная	1,500	1,500
ЛИМ КИСЛ		
сухарь панированн	9	9

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
томат пюре	4,81	4,81
капуста б/кач	51,25	41,00
лук репчатый	10,63	8,875
морковь	16,84	13,47
огурец	63,12	60,00
ИТОГО ОВОЩИ	146,650	128,16

вода	504,35	504,35
------	--------	--------

2 - я неделя

6-й день

сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто	сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40	сметана	4,9	4,9	ОВОЩИ		
хлеб пшен.	80	80	м/сливочное	9,3	9,3	томат пюре	12	12
мука пш.	4,28	4,28	м/растительное	8,5	8,5	лук репчатый	25,972	21,70
крупа итого	56,53	56,53	яйцо шт. / гр.	0,4553	18,21	морковь	21	16,8
картофель	48,40	36,3	сахар	11	11,0	свекла	58,5	45
всего овощей	188,27	155,50	чай	0,5	0,5	помидор св.	70,8	60,00
лимон	5,834	5	соль	1,7	1,7	итого овощи	188,272	155,50
говядина	97,26	84	Крахмал	3,5	3,5			
печень	55,00	45	Специи	1,5080	1,508	вода	480,00	480
молоко	211	200	лавр./лист	0,008	0,008			
			специи д/плова	1,5	1,500	КРУПА	брутто	нетто
			ЛИМ КИСЛ			МАНКА	12,33	12,33
			сухарь панированный			РИС	44,20	44,20
						итого крупы	56,53	56,53
						ЯЙЦА	штук	грамм
						в свекольн	0,323250	12,93
						в оладьи	0,132000	5,28
						ИТОГО ЯЙЦА	0,4553	18,21

возрастная категория: 7-11 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

7-й день																
сырьё			брутто	нетто		сырьё			брутто	нетто		сырьё			брутто	нетто
хлеб ржан.			40	40		сыр костромской			10,34	10		ОВОЩИ				
хлеб пшен.			87,8	87,8		сметана			1,8	1,8		Горошек консе		38,34	25	
мука пш.			0,55	0,55		м/сливочное			18	18		кабачёк		67,15	53,7	
картофель			170,74	128,00		м/растительное			7,5	7,5		томат пюре		6,0	6	
всего овощей			230,035	189,33		яйцо шт. / гр.			0,0940	3,76		капуста б/кач		13,8	11,0	
фрукты яблоко св			113,500	100		сахар			10	10,0		лук репчатый		28,275	22,93	
сок яблочный			200	200		чай			0,5	0,5		морковь		13,4	10,7	
говядина			5,89	5		соль			1,1	1,1		огурец свежий		63,12	60,00	
минтай без/ голов			99,86	70,0		итого Специи			0,018	0,018		итого овощи		230,035	189,33	
молоко			19,44	18,44		лавр./лист			0,018	0,018						
						сухарь панирр			7,2	7,2		вода		372,50	372,5	

8-й день		
сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40
хлеб пшен.	80	80
мука пш	15,23	15,23
всего овощей	86,540	73,20
итого фрукты	105,83	105
итого птицы	48,125	41,440
молоко	239,27	239
сыр костромской	25,93	25
м/сливочное	9,1	9,1

сырьё	брутто	нетто
яйцо шт. / гр.	2,91775	116,71
сахар	15	15,0
чай	0,5	0,5
кофейный нап.	4,5	4,5
соль	1,5	1,5
итого Специи	0,0092	0,0092
лавр./лист	0,0092	0,0092

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
лук репчатый	9,84	8,2
помидор св.	76,7	65,00
итого овощи	86,540	73,20
вода		
	430,75	430,75

фрукта	брутто	нетто
бананы	100	100
лимон	5,834	5
итого фрукта	105,83	105

птица	брутто	нетто
бедро птицы	7,755	5,5
филе бедро кур	40,37	35,94
итого птицы	48,125	41,44

Я Й Ц А	штук	грамм
в лапшу	0,1025	4,1
в омлет	2,8153	112,61
ИТОГО ЯЙЦА	2,91775	116,71

возрастная категория: 7-11 лет

О Б Е Д Ы

на одного человека в день

МЕНЮ

10 - ТИДНЕВКА

компановка сырья по БРУТТО (продукт без очистки)

компановка сырья по НЕТТО (чистый продукт)

9-й день

сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40
хлеб пшен.	55	55
мука пш.	21,85	21,85
картофель	301,8	225,80
всего овощей	147,120	122,76
фрукты св. яблок	3,0	2,5
сухофрукты	22,50	22,5
сок яблочный	100	100
ИТОГО мяса	90,580	77

говядина	28,71	24,4
свинина	61,87	52,6
ИТОГО мяса	90,580	77

сырьё	брутто	нетто
молоко	240,1	229,1
творог	35,34	34,30
сметана	7,5	7,5
м/сливочное	17,85	17,85
м/растительное	9,05	9,05
яйцо шт. / гр.	0,3050	12,20
сахар	4,13	4,1
соль	2,04	2,04
Крахмал	10	10
итого Специи	1,8206	1,821
лавр./лист	0,0206	0,0206
приправа овощная	1,8	1,800
сухарь панирован.	13,8	13,8

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
Горошек консерв.	35,000	22,76
томат пюре	3	3
лук репчатый	27,6	23,00
морковь	18,4	14
огурец свежий	63,12	60,00
ИТОГО овощи	147,120	122,76

вода	295,50	295,5
Я Й Ц А	штук	грамм
в клёцки	0,1100	4,4
в сырники	0,1050	4,2
в биточки	0,0900	3,6
ИТОГО ЯЙЦА	0,3050	12,200

10-й день

сырьё	брутто	нетто
хлеб ржан.	40	40
хлеб пшен.	54,7	54,7
мука пш.	1,38	1,38
крупа рисовая	31,00	31,00
картофель	164,60	123,6
всего овощей	133,494	111,10
фрукты св. яблок	119,3	105
свинина	69,2	59,80
минтай б/г	67,05	47
молоко	239,54	248,59
молоко сгущён.	10	
творог	53,35	52,7

фрукта	брутто	нетто
яблоки	113,5	100
лимон	5,834	5
итого фрукта	119,33	105

сырьё	брутто	нетто
сметана	7,70	7,7
м/сливочное	9,05	9,05
м/растительное	9,1	9,1
яйцо шт. / гр.	0,2330	9,32
сахар	24,72	24,7
чай	0,5	0,5
какао порошок	4,5	4,5
соль	1,1	1,1
итого Специи	1,4894	1,4894
лавр./лист	0,0084	0,0084
ванилин	0,014	0,014
приправа для супа	1,467	1,467
сухарь панирован.	10,8	10,8

сырьё	брутто	нетто
ОВОЩИ		
томат пюре	19	19
лук репчатый	47,074	39,1
морковь	10	8
свекла	57,42	45
ИТОГО овощи	133,494	111,10

вода	429,00	429
Я Й Ц А	штук	грамм
в фрикадел	0,0500	2,00
в запеканку	0,1400	5,600
в котлету	0,0430	1,720
ИТОГО ЯЙЦА	0,2330	9,320

п/п	наименование группы пищевой продукции	норма продукции в граммах (нетто)	Фактически выдано продуктов в НЕТО по дням в качестве горячих ОБЕДОВ 35% ПОЛДНИКОВ 10% (всего 45%) Г, на одного человека										в среднем за неделю (10 дней)	Откло-нение от нормы в % (+ / -)
			МЕНЮ 10 - тидневка СанПин 2.3/2.4. 3590 - 20											
			1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день		
1	хлеб ржаной	36	40	30	30	30	40	40	40	40	40	36	100	
2	хлеб пшеничный	67,5	44,3	70	53	86	64,2	80	87,8	80	55	54,7	67,5	100
3	мука пшеничная	6,75	6,38	1,68	15,75	0,00	0,4	4,28	0,55	15,23	21,85	1,38	6,75	100
4	крупы, бобовые	20,25	0	20	35,97	16	43	56,53	0	0	0	31,00	20,25	100
5	макаронные изделия	6,75	53,5	0	14	0	0	0	0	0	0	0,0000	6,75	100
6	картофель	84,15	16	105,6	40	142,2	24	36,3	128	0	226,8	123,6	84,15	100
7	овощи (свеж, консерв-е, Зелень, томаты, соления)	126	145	137,95	96,4	101	128,16	155,5	189,33	73,2	122,76	111,1	126	100
8	фрукты свежие	83,25	110	100	100	100	105	5	100	105	2,5	105	83,25	100
9	сухофрукты	6,75	22,5	0	0	22,5	0	0	0	0	22,5	0	6,75	100
10	соки фруктовые	90	0	200	200	0	200	0	200	0	100	0	90	100
11	мясо 1-й категории	31,5	5	5	2,15	72,05	5	84	5	0	77	59,8	31,5	100
12	цыпленок 1 кат. потрошенные	15,75	0	0	49,46	0	66,6	0	0	41,44	0	0	15,75	100
13	рыба-филе	26,1	0	78	0	66	0	0	70	0	0	47	26,1	100
14	Субпродукты (печень, язык, сердце)	13,5	90	0	0	0	0	45	0	0	0	0	13,5	100
15	молоко (м. д. ж. 2,5% 3,2%)	135	0	225,2	166,5	3,5	19,4	200	18,44	239,27	229,1	248,59	135	100
16	творог (м. д. ж. 5% не более 9%)	22,5	0	0	138,0	0	0	0	0	0	34	52,7	22,5	100
17	сыр	4,5	0	10	0,0	0	0	0	10	25	0	0	4,5	100
18	сметана (м. д. ж.. не более15%)	4,5	4,900	5	12,5	0	0,800	4,9	1,800	0,00	7,50	7,7	4,5	100
19	масло сливочное	13,50	11,6	18,00	18,2	8	15,9	9,3	18	9,10	17,85	9,05	13,5	100
20	масло растительное	6,75	5,2	10	3,5	8,45	6	8,5	7,5	0,00	9	9,1	6,75	100
21	яйцо диетическое столовое	18	3	3,60	8,6	3,6	1	18,21	3,76	116,7	12,2	9,32	18	100
22	сахар	13,5	19,2	5,90	17,05	18	10	11	10	15,000	4,13	24,7	13,5	100
23	кондитерские изделия	4,5	20	0	0,0	0	25	0	0	0	0	0	4,5	100
24	чай	0,45	0,5	0,0	1,0	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,0	0,5	0,45	100
25	какао - порошок	0,45	0	0	0,0	0	0	0	0	0,0	0,0	4,5	0,45	100
26	кофейный напиток	0,9	0	4,5	0,0	0	0	0	0	4,5	0	0	0,9	100
27	соль пищевая поваренная йодированная	1,35	1,53	1,8	1,3	0,9	0,55	1,7	1,1	1,50	2,04	1,1	1,35	100
28	Крахмал	1,35	0	0	0,0	0,000	0	3,5	0	0	10	0	1,35	100
29	Специи	0,9	1,3084	0,011	0,009	1,316	1,51	1,508	0,018	0,0092	1,821	1,4894	0,89994	100
30	белки	34,65	34,04	34,65	34,72	34,72	35,13	34,78	34,10	34,54	34,90	34,94	34,65	100
31	жиры	35,55	35,62	35,64	35,20	35,63	35,66	35,59	35,39	35,28	35,58	35,91	35,55	100
32	углеводы	150,75	150,82	150,47	151,98	150,43	150,06	150,75	150,82	151,69	150,65	149,83	150,75	100
33	калорийность	1057,5	1060,02	1061,20	1060,55	1063,04	1052,69	1062,45	1057	1052,94	1052,69	1062,26	1057,5	100

ОСЕНЬ 20__ год.

возрастная категория: 7-11 лет

1 - я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
1 - й день		
О Б Е Д		
82/11	Борщ с картофелем и свежей капустой	200
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
203/11	макароны с маслом	160
282/11	Суфле из печени	90/20
349/11	компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40
ПОЛДНИК		
375/11	чай с сахаром	200
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	20
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	110

2 - й день		
О Б Е Д		
116/11	Суп с крупой	200
235/11	Шницель рыбный (минтай)	90/20
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60
128/11	картофельное пюре /	120/30
139/11	капуста тушёная	
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ПОЛДНИК		
379/11	Кофейный напиток	200
3 /11	Бутерброд с сыром	50
338 / 11	Фрукты свежие (апельсин)	100

3 - й день		
О Б Е Д		
112/11	Суп с макаронами	200
278/11	тефтели мясные	70 / 50
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
171/11	каша ячневая	150
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100
ПОЛДНИК		
378/11	чай с молоком	200
223/11	запеканка из творога с молоком сгущённым	150/10

4 - й день		
102/11	Суп картоф. с горохом	200
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
259/11	Жаркое по - дормашнему	45/125
349/11	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ПОЛДНИК		
376/11	чай с сахаром	200
5-234 /11	Бутерброд с рыбными изделиями	90 / 30
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	100

5 - й день		
О Б Е Д		
88/11	Щи из св/ капусты с карт	200
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
294/11	Котлета рубленая из птицы	90/20
171/11	каша пшенная	150
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	30
ПОЛДНИК		
375/11	чай с сахаром	200
Пром.пр.	Кондитерские изделия (печенье)	25
338 / 11	Фрукты свежие (апельсин)	105

ОСЕНЬ 20__ год.

возрастная категория: 7-11 лет

2 - я неделя

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
6 - й день		
83/11	Свекольник	200
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60
265/11	Плов с говядиной	50/130
377/11	чай с лимоном	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40
ПОЛДНИК		
282/11	Оладьи из печени с картофелем	90
385/11	Молоко кипячёное	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30

8 - й день		
111/11	Суп с лапшой	205
71 /11	помидор свежий (или солёный) в нарезке	60
212/11	Омлет с птицей	160
376/11	чай с лимоном	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	50
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40
ПОЛДНИК		
379/11	Кофейный напиток	200
15 /11	Сыр порциями (костромской)	15
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	30
338 / 11	Фрукты свежие (бананы)	100

10 - й день		
106/11	Суп с рыбными фрикадельками	200
268/11	Котлета мясная	80/20
128-75/11	картофельное пюре икра свекольная	95 / 60
376/11	чай с лимоном	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100
ПОЛДНИК		
188/11	Запеканка рисовая с молоком сгущённым	140/10
382/11	Какао витаминизированный	200

Сборник рецеп №	Наименование блюд	Выход 1-п/г.
7 - й день		
99 / 11	Суп из овощей	200
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
239/11	Тефтели рыбные (минтай)	90/10
128-73 / 11	картофельное пюре / /икра кабачковая	100/50
389/11	Сок фруктовый (яблочный)	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40
ПОЛДНИК		
376/11	чай с сахаром	200
3 /11	Бутерброд с сыром	50
338 / 11	Фрукты свежие (яблоко)	100

9 - й день		
108/11	Суп с клёцками	200
71 /11	огурец свежий (или солёный) в нарезке	60
269/11	Биточки особые мясные	90
142-131/11	Картофель тушёный с овощами	150
359/11	Кисель витаминизированный	200
Пром.пр.	Хлеб пшеничный	40
Пром.пр.	Хлеб ржано-пшеничный	40
ПОЛДНИК		
385/11	Молоко кипячёное	200
149/11	Сырник картофельный с творогом	100

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																							
	молоко		кисло-молочные продукты		творог		сметана		сыр		масло сливочное		масло растительное		мясо		цыпленка 1-й категории		колбасные изделия		рыба филе		яйцо диетическое	
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%
		100%		100%		100%		100%		100%		102%		101%		100%		101%		101%		101%		100%
		100%		100%		100%		100%		100%		102%		101%		100%		101%		101%		101%		100%

(продолжение таблицы часть 2)

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																									
	овощи		фрукты		сухофрукты		соки		хлеб ржаной		хлеб пшеничный		крупы бобовые		макароны		картофель		кондитерские изделия		сахар		калорий-ность			
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%		
		100%		100%		101%		100%		100%		100%		101%		101%		100%		100%		100%		100%		100%
		100%		100%		101%		100%		100%		100%		101%		101%		100%		100%		100%		100%		100%

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																									
	молоко		кисло-молочные продукты		творог		сметана		сыр		масло сливочное		масло растительное		мясо		цыплята 1-й категории		колбасные изделия		рыба филе		яйцо диетическое			
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%		
		100%		100%		100%		100%		100%		102%		101%		100%		101%		101%		101%		101%		100%
		100%		100%		100%		100%		100%		102%		101%		100%		101%		101%		101%		101%		100%

(продолжение таблицы часть 2)

месяц	Выполнение натуральных норм питания в абсолютных (гр.мл.) и в процентном отношении к норме по возрастному составу учащихся (до 10 лет)																								
	овощи		фрукты		сухофрукты		соки		хлеб ржаной		хлеб пшеничный		крупы бобовые		макароны		картофель		кондитерские изделия		сахар		калорийность		
	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	факт	%	
		100%		100%		101%		100%		100%		100%		101%		101%		100%		100%		100%		100%	
		100%		100%		101%		100%		100%		100%		101%		101%		100%		100%		100%		100%	