

СОГЛАСОВАНО:

ДИРЕКТОР МАОУ «СОШ № 8»

Зайцева Елена

Александровна

(подпись)

" 11 " декабря 2023 год



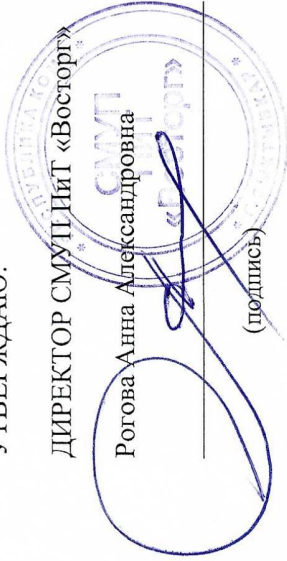
УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР СМУПЦиТ «Восторг»

Рогова Анна Александровна

(подпись)

" 11 " декабря 2023 года



**Примерное двухнедельное меню горячего питания для учащихся образовательных учреждений г. Сыктывкара.**

( МАОУ СОШ № 1, 4, 7, 12, 16, 18, 21, 24, 25, 26, 33, 35, 36, 38, 43, МОУ СОШ № 3, 9, 11, 15, МОУ ООШ № 8, МОУ НОШ № 6, МАОУ «Русская гимназия», МОУ КНГ )

(с 09 января 2024 года)

НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет						12+ лет						№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ЗАВТРАК			ПОЛДНИК			ЗАВТРАК			ПОЛДНИК			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
Каша молочная "Дружба"	205	4,57	5,6	32,62	197,26	250	5,56	9,63	39,49	264,58	265/1	ТТК № 265	
Сыр порционными	30	6,96	8,85	0	108	30	6,96	8,85	0	108	25/2	Москва 1994 таб. № 25	
Батон нарезной	30	2,85	0,9	15,6	79,5	60	5,7	1,8	31,2	159	266/2	ТТК №266	
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685	
Сок фруктовый в упаковке 0,2	200	0,6	0,4	20,2	92	0	0	0	0	0			
<b>ИТОГО</b>	<b>680</b>	<b>15,05</b>	<b>15,77</b>	<b>83,42</b>	<b>536,76</b>	<b>555</b>	<b>18,29</b>	<b>20,3</b>	<b>85,69</b>	<b>591,58</b>			
<b>ОБЕД</b>													
Рассолыник "Домашний"	200	1,8	5,3	10,9	100,5	260	2,35	6,6	14,05	124,8	101/2	Пермь 2018 № 101	
Медальоны из рыбы	90	10,6	12,6	9,06	207,09	100	11,63	14,08	10,08	230,1	42/5	ТТК № 42	
Масло сливочное( на полия)	5	0,04	3,6	0,06	33	5	0,04	3,6	0,06	33	14/3	Москва 2011 № 14	
Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312	
Овощи свежие и консервированные порциями (помидоры свежие в нарезку с горошком консерв.)	60	1,41	0,09	4,05	22,5	100	2,35	0,15	6,75	37,5	303	ТТК № 303	
Компот из компотной смеси	200	0,15	0,06	20,65	82,9	200	0,15	0,06	20,65	82,9	113/1	ТТК № 113	
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10	
Хлеб "городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11	
<b>ИТОГО</b>	<b>785</b>	<b>22,86</b>	<b>27,25</b>	<b>102,76</b>	<b>768,24</b>	<b>925</b>	<b>25,99</b>	<b>31,05</b>	<b>113,72</b>	<b>858</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>													
Булочка "Ромашка" (с вареным студеным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254	
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338	
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686	
<b>ИТОГО</b>	<b>322</b>	<b>8,84</b>	<b>9,7</b>	<b>73,28</b>	<b>423,74</b>	<b>422</b>	<b>9,24</b>	<b>10,1</b>	<b>83,08</b>	<b>470,74</b>			
<b>ОБЩИЙ ИТОГ</b>	<b>1787</b>	<b>46,75</b>	<b>52,72</b>	<b>259,46</b>	<b>1728,74</b>	<b>1902</b>	<b>53,52</b>	<b>61,45</b>	<b>282,49</b>	<b>1920,32</b>			
<b>ВТОРНИК</b>													
НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет						12+ лет						№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	ЗАВТРАК			ПОЛДНИК			ЗАВТРАК			ПОЛДНИК			
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР	
Замоченная из творога с вишней	150	15,42	13,62	42,28	361,12	200	20,56	18,16	56,38	481,5	425	ТТК № 425	
Батон нарезной	40	3,8	1,2	20,8	106	50	4,75	1,5	26	132,5	266/2	ТТК №266	
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338	
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686	
<b>ИТОГО</b>	<b>512</b>	<b>19,75</b>	<b>15,24</b>	<b>88,08</b>	<b>576,12</b>	<b>572</b>	<b>25,84</b>	<b>20,08</b>	<b>107,38</b>	<b>723</b>			
<b>ОБЕД</b>													
Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,2	13,2	118,6	250	5,49	5,27	16,54	148,25	102/4	Москва 2011 №102	
Мясо с овощами "Болонез"	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35	
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114	
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93	
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338	
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10	
Хлеб "городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11	
<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>28</b>	<b>22,55</b>	<b>101,52</b>	<b>747,16</b>	<b>910</b>	<b>31,88</b>	<b>26,39</b>	<b>120,39</b>	<b>878,6</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>													
Кекс "Ворожонный" (нарезной)	80	9,54	11,9	40,9	300,8	80	9,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447	
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338	
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686	
<b>ИТОГО</b>	<b>302</b>	<b>9,67</b>	<b>11,92</b>	<b>56,1</b>	<b>362,8</b>	<b>402</b>	<b>9,71</b>	<b>11,96</b>	<b>65,9</b>	<b>409,8</b>			



НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										12+ лет										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	СРЕДА					ОБЕД					СРЕДА					ОБЕД							
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАКАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАКАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАКАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР						
ОБЩИЙ ИТОГ	1534	57,42	49,71	245,7	1686,08	1884	67,43	58,43	293,67	2011,4													
ЗАВТРАК	Гуляш из свинины	90	10,17	17,55	2,61	207,63	100	11,3	19,5	2,9	230,7	260/7	Москва 2011 № 260										
	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,25	180	3,67	5,76	24,53	164,7	312/1	Москва 2011 № 312										
	Овощи свежие порционными (помидор свежий в нарезку)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	100	1,1	0,2	3,8	22	71/4	ТТК № 71										
	Хлеб "Городской" порциями	50	4	0,5	25,5	125	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11										
	Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685										
	ИТОГО	565	17,96	22,99	65,83	543,98	655	20,94	26,08	76,83	627,4												
	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	260	1,74	6,33	11,16	111,14	107/3; 107/2	ТТК № 107									
		Биточки из мяса птицы "Сливочные"	90	15,9	11,4	10,4	207,9	100	17,7	12,7	11,6	231	263/2	ТТК № 263									
		Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1									
		Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	200	0	0	19,97	76	89/2	ТТК № 89									
Хлеб "Дарницкий" порциями		40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10										
Хлеб "Городской" порциями		40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11										
ИТОГО		720	26,73	22,77	113,57	766,8	820	29,62	26,27	124,35	854,78												
ПОЛДНИК		Сметанник	100	8,64	9,85	45,53	292,98	100	8,64	9,85	45,53	292,98	59/1	ТТК № 59									
		Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338									
		Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686									
	ИТОГО	322	8,77	9,87	60,73	354,98	422	8,81	9,91	70,53	401,98												
	ЧЕТВЕРГ	ОБЩИЙ ИТОГ	1607	53,46	55,63	240,13	1664,86	1897	59,37	62,26	271,71	1884,16											
		НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет										12+ лет										№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
			ЗАВТРАК					ОБЕД					СРЕДА					ОБЕД					
			Макаронные отварные с сыром	220	14,88	17,51	37,52	367,84	250	16,91	19,9	42,64	418	204/3; 204/4	Москва 2011 № 204								
			Пшеница "Болоньезе" (фарш мясной)	60	7,22	7,4	16,4	159,8	100	12,03	12,3	27,3	266,3	430/2	ТТК № 430								
			Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686								
ИТОГО			502	22,23	24,93	69,12	589,64	572	29,07	32,22	85,14	746,3											
ОБЕД			Суп из овощей	200	1,56	5,2	8,6	87,89	260	1,84	6,49	9,5	111,25	991/2; 991/3	Москва 2011 № 99								
			Птица в соусе с томатом	90	12,69	13,77	2,88	185,31	100	14,1	15,3	3,2	205,9	367/8	Пермь 2018 № 367								
			Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99								
	Овощи порциями (капуста квашеная со свежко)		60	0,99	5,03	3,7	61,45	100	1,62	10,05	5,88	116,1	306	ТТК № 306									
	Компот из яблок и вишни	200	0,1	0,1	15,9	65	200	0,1	0,1	15,9	65	492	Пермь 2018 № 492										
	Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10										
	Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11										
	ИТОГО	780	29,74	30,99	107,32	828,4	920	33,78	40,05	118,45	975,75												
	ПОЛДНИК	Шангыз с картофелем	100	8,5	7,98	38,88	244,8	100	8,5	7,98	38,88	244,8	15/3	Сыктывкар 1990 № 15									
		Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338									
Чай с сахаром и лимоном		222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686										
ИТОГО		322	8,63	8	54,08	306,8	422	8,67	8,04	63,88	353,8												
ОБЩИЙ ИТОГ		1604	60,6	63,92	230,52	1724,84	1914	71,52	80,31	267,47	2075,85												
ПЯТНИЦА																							



НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				12+ лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр			Углеводы, гр	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша молочная пшеничная	205	8,6	7,46	44,26	219	250	10,34	13,27	53,18	374,4	102/4; 102/5	ТТК №102
Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	72	20	4,64	5,9	0	72	25/2	Москва 1994 таб. № 25
Батон нарезной	50	4,75	1,5	26	132,5	50	4,75	1,5	26	132,5	266/2	ТТК №266
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>590</b>	<b>18,46</b>	<b>15,28</b>	<b>95,06</b>	<b>590,5</b>	<b>635</b>	<b>20,2</b>	<b>21,09</b>	<b>103,98</b>	<b>685,9</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,62	2,19	12,81	77,13	250	2,03	2,74	16,27	96,41	105/2	ТТК № 105
Голубцы ленивые	150	9,8	6	9,4	130,82	150	9,8	6	9,4	130,82	244/3	ТТК № 244
Картофель запеченный (из отварного)	150	3,44	13,15	27,92	243,75	180	4,12	15,78	33,5	292,5	313/2	Москва 2011 № 313
Компот из компотной смеси	200	0,15	0,06	20,65	82,9	200	0,15	0,06	20,65	82,9	113/1	ТТК № 113
Хлеб "Дарницкий" порциями	50	3,3	0,5	21,5	106,3	80	5,2	0,8	34,4	170	11/2	ТТК № 10
Хлеб "городской" порциями	50	4	0,5	25,5	125	80	6,4	0,8	40,8	200	11/2	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>800</b>	<b>22,31</b>	<b>22,4</b>	<b>117,78</b>	<b>765,9</b>	<b>940</b>	<b>27,7</b>	<b>26,18</b>	<b>155,02</b>	<b>972,63</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Шангя с творогом	100	12,29	12,64	38,91	269,33	75	9,22	9,48	29,18	202	14/3	Сыктывкар 1990 № 14
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>322</b>	<b>12,42</b>	<b>12,66</b>	<b>54,11</b>	<b>331,33</b>	<b>397</b>	<b>9,39</b>	<b>9,54</b>	<b>54,18</b>	<b>311</b>		
<b>СУББОТА</b>												
<b>7-11 лет</b>												
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ККАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
	<b>ЗАВТРАК</b>											
Медальоны из рыбы	90	10,6	12,6	9,06	207,09	100	11,63	14,08	10,08	230,1	42/5	ТТК № 42
Рагу из овощей	150	2,6	11,8	12,81	163,5	180	3,1	13,3	15,37	196,2	541/1	Москва 2004 № 541/3
Хлеб "городской" порциями	60	4,8	0,6	30,6	150	80	6,4	0,8	40,8	200	11/2	ТТК № 11
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>522</b>	<b>18,13</b>	<b>25,02</b>	<b>67,67</b>	<b>582,59</b>	<b>582</b>	<b>21,26</b>	<b>28,2</b>	<b>81,45</b>	<b>688,3</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Щи из свежей капусты с картофелем	260	1,51	6,39	7,99	94,43	260	1,51	6,39	7,99	94,43	106/2	ТТК № 106
Шницель "Нежный"	90	14,68	9,98	11,03	180,7	100	16,31	9,53	12,26	200,78	352/1	ТТК № 352
Рис рассыпчатый отварной( из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Масло сливочное( на полнв)	0	0	0	0	0	5	0,04	3,6	0,06	33	14/3	Москва 2011 № 14
Морс из черной смородины	200	0	0	19,97	76	200	0	0	19,97	76	89/3	ТТК № 89
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>25,64</b>	<b>22,54</b>	<b>113,27</b>	<b>745,83</b>	<b>825</b>	<b>28,04</b>	<b>26,76</b>	<b>121,9</b>	<b>840,85</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Котлета (куриная), запеченная в тесте	80	9,08	8,79	26,73	193,55	100	11,35	10,9875	33,4125	241,9375	420/4	Москва 2011 № 420
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>302</b>	<b>9,21</b>	<b>8,81</b>	<b>41,93</b>	<b>255,55</b>	<b>422</b>	<b>11,52</b>	<b>11,0475</b>	<b>58,4125</b>	<b>350,9375</b>		
<b>ОБЩИЙ ИТОГ</b>	<b>1604</b>	<b>52,98</b>	<b>56,37</b>	<b>222,87</b>	<b>1583,97</b>	<b>1829</b>	<b>60,82</b>	<b>66,0075</b>	<b>261,7625</b>	<b>1880,0875</b>		
<b>2 неделя</b>												
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>												
<b>7-11 лет</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>№ ТВ</b>												
<b>№ ПО СБОРНИКУ</b>												

ДИММЕТОВАНИЕ

7-11 лет

12+ лет

№ ТВ

№ ПО СБОРНИКУ



НАИМЕНОВАНИЕ	7-11 лет				12+ лет				№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР		
	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр				
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	205	5,96	7,25	42,89	261	250	7,2	13,02	51,54	352,8	100/4; 100/5	ТТК № 100
Сыр порциями	30	6,96	8,85	0	108	30	6,96	8,85	0	108	25/2	Москва 1994 г.р.б. № 25
Хлеб "Городской" порциями	50	4	0,5	25,5	125	60	4,8	0,6	30,6	150	11/2	ТТК № 11
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>16,99</b>	<b>16,62</b>	<b>83,39</b>	<b>554</b>	<b>555</b>	<b>19,03</b>	<b>22,49</b>	<b>97,14</b>	<b>670,8</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,2	13,2	118,6	250	5,49	5,27	16,54	148,25	102/4	Москва 2011 №102
Фрикадельки из свинины	90	11,32	12,8	12,2	207,8	100	12,6	14,3	13,6	230,9	280/2	Москва 2011 № 280
Слоеный гарнир (картофельное пюре/капуста тушеная)	150	3,08	4,82	18,32	129,1	180	3,7	5,79	21,14	151,6	320/1	ТТК № 109
Компот из кураги	200	0,76	0,04	20,22	85,51	200	0,76	0,04	20,22	85,51	93/1	ТТК № 93
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>25,36</b>	<b>22,66</b>	<b>101,54</b>	<b>726,01</b>	<b>810</b>	<b>28,35</b>	<b>26,2</b>	<b>109,1</b>	<b>801,26</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Булочка "Ромашка" (с вареным густеным молоком)	100	8,71	9,68	58,08	361,74	100	8,71	9,68	58,08	361,74	254/1	ТТК № 254
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>322</b>	<b>8,84</b>	<b>9,7</b>	<b>73,28</b>	<b>423,74</b>	<b>422</b>	<b>8,88</b>	<b>9,74</b>	<b>83,08</b>	<b>470,74</b>		
<b>ОБЩИЙ ИТОГ</b>	<b>1542</b>	<b>51,19</b>	<b>48,98</b>	<b>258,21</b>	<b>1703,75</b>	<b>1787</b>	<b>56,26</b>	<b>58,43</b>	<b>289,32</b>	<b>1942,8</b>		
<b>ВТОРНИК</b>												
<b>7-11 лет</b>												
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
<b>ЗАВТРАК</b>												
Колбаски "Сочные"	90	20,8	12,1	5,01	223,2	90	20,8	12,1	5,01	223,2	390/2	ТТК № 390
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>502</b>	<b>29,65</b>	<b>17,03</b>	<b>67,06</b>	<b>553,65</b>	<b>552</b>	<b>32,35</b>	<b>18,14</b>	<b>82,54</b>	<b>637,34</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,38	5,2	8,92	88,2	260	1,74	6,33	11,16	111,14	107/3; 107/2	ТТК № 107
Птица в соусе с томатом	90	12,69	13,77	2,88	185,31	100	14,1	15,3	3,2	205,9	367/8	Пермь 2018 № 367
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99
Компот из черной смородины	200	0	0	19,97	76	200	0	0	19,97	76	89/2	ТТК № 89
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>820</b>	<b>28,87</b>	<b>26,26</b>	<b>117,81</b>	<b>825,26</b>	<b>920</b>	<b>32,36</b>	<b>30,14</b>	<b>128,1</b>	<b>917,54</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Птица "Болоньезе" (фарш мясной)	100	12,03	12,3	27,3	266,3	100	12,03	12,3	27,3	266,3	430/2	ТТК № 430
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>315</b>	<b>12,1</b>	<b>12,32</b>	<b>42,3</b>	<b>326,3</b>	<b>415</b>	<b>12,14</b>	<b>12,36</b>	<b>52,1</b>	<b>373,3</b>		
<b>ОБЩИЙ ИТОГ</b>	<b>1637</b>	<b>70,62</b>	<b>55,61</b>	<b>227,17</b>	<b>1705,21</b>	<b>1887</b>	<b>76,85</b>	<b>60,64</b>	<b>262,74</b>	<b>1928,18</b>		
<b>СРЕДА</b>												
<b>7-11 лет</b>												
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	ВЫХОД, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	КАЛ	№ ТК	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
<b>ЗАВТРАК</b>												
Шницель "Нежный"	90	14,68	9,98	11,03	180,7	100	16,31	9,54	12,3	200,8	352/1	ТТК № 352



Масло сливочное (на полив)	5	0,04	3,6	0,06	33	5	0,04	3,6	0,06	33	14/3	Москва 2011 № 14
Картофельное пюре	100	2,04	3,2	13,6	91,5	100	2,04	3,2	13,6	91,5	312/1	Москва 2011 № 312
Овощи свежие порционными (помидор свежий в нарезку)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	100	1,1	0,2	3,8	22	71/4	ТТК № 71
Хлеб "Городской" порциями	50	4	0,5	25,5	125	60	4,8	0,6	30,6	150	11	ТТК № 11
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>520</b>	<b>21,49</b>	<b>17,42</b>	<b>67,47</b>	<b>503,4</b>	<b>580</b>	<b>24,36</b>	<b>17,16</b>	<b>75,36</b>	<b>557,3</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Суп из овощей	200	1,56	5,2	8,6	87,89	260	1,84	6,49	9,5	111,25	99/2-99/3	Москва 2011 № 99
Мяс с овощами "Болонеза"	90	11,52	13	4,05	189,6	100	12,81	14,46	4,5	210,7	35/2	ТТК № 35
Рис рассыпчатый отварной (из пропаренной крупы)	150	3,65	5,37	36,68	209,7	180	4,38	6,44	44,02	251,64	110/2	ТТК 110/1
Овощи свежие и консервированные порциями (помидоры свежие в нарезку с горошком консерв.)	60	1,41	0,09	4,05	22,5	100	2,35	0,15	6,75	37,5	303	ТТК № 303
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,6	200	0,16	0,16	27,88	114,6	90/1	ТТК № 90
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>24,1</b>	<b>24,62</b>	<b>118,86</b>	<b>809,29</b>	<b>920</b>	<b>27,34</b>	<b>28,5</b>	<b>130,25</b>	<b>910,69</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Хачапури с сыром	100	12,78	14,16	37,66	333	80	10,2	11,3	30,1	266,4	11/6	Сыктывкар 1990 № 11
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>315</b>	<b>12,85</b>	<b>14,18</b>	<b>52,66</b>	<b>393</b>	<b>395</b>	<b>10,31</b>	<b>11,36</b>	<b>54,9</b>	<b>373,4</b>		
<b>Общий ИТОГ</b>	<b>1615</b>	<b>58,44</b>	<b>56,22</b>	<b>238,99</b>	<b>1705,69</b>	<b>1895</b>	<b>62,01</b>	<b>57,02</b>	<b>260,51</b>	<b>1841,39</b>		
<b>ЧЕТВЕРГ</b>												
<b>7-11 лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Творожник ванильный со ступенным молоком	150	18,63	9,53	41,77	331,5	150	18,63	9,53	41,77	331,5	29/4	ТТК № 29
Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185	100	7,08	13,1	55,74	370	415/2	Москва 2011 № 415
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>522</b>	<b>22,7</b>	<b>16,52</b>	<b>94,64</b>	<b>625,5</b>	<b>572</b>	<b>26,24</b>	<b>23,05</b>	<b>122,51</b>	<b>810,5</b>		
<b>ОБЕД</b>												
<b>7-11 лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,62	2,19	12,81	77,13	250	2,03	2,74	16,27	96,41	105/2	ТТК № 105
Биточки из мяса птицы	90	15,9	6,5	11,7	172,5	100	17,6	7,25	13	191,6	294/8	Москва 2011 № 294
Картофель запеченный (из отварного)	150	3,44	13,15	27,92	243,75	180	4,12	15,78	33,5	292,5	313/2	Москва 2011 № 313
Компот из компотной смеси	200	0,15	0,06	20,65	82,9	200	0,15	0,06	20,65	82,9	113/1	ТТК № 113
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>26,91</b>	<b>22,7</b>	<b>110,68</b>	<b>761,28</b>	<b>810</b>	<b>29,7</b>	<b>26,63</b>	<b>121,02</b>	<b>848,41</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Шангя с картофелем	100	8,5	7,98	38,88	244,8	100	8,5	7,98	38,88	244,8	15/3	Сыктывкар 1990 № 15
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,4	0,4	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром и лимоном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>322</b>	<b>8,63</b>	<b>8</b>	<b>54,08</b>	<b>306,8</b>	<b>422</b>	<b>9,03</b>	<b>8,4</b>	<b>63,88</b>	<b>353,8</b>		
<b>Общий ИТОГ</b>	<b>1564</b>	<b>58,24</b>	<b>47,22</b>	<b>239,4</b>	<b>1693,58</b>	<b>1804</b>	<b>64,97</b>	<b>58,08</b>	<b>307,41</b>	<b>2012,71</b>		
<b>ПЯТНИЦА</b>												
<b>7-11 лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>7-11 лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
<b>12+ лет</b>												
<b>ПОЛДНИК</b>												
<b>12+ лет</b>												



Пшеница в соусе с томатом	90	12,69	13,77	2,88	185,31	100	14,1	15,3	3,2	205,9	367/8	Пермь 2018 № 367
Каша гречневая раскладчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75	180	10,32	7,31	46,37	292,5	99/1	ТТК № 99
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	50	4	0,5	25,5	125	11	ТТК № 11
Чай с сахаром и лимонном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>502</b>	<b>24,62</b>	<b>20,28</b>	<b>77,12</b>	<b>591,06</b>	<b>552</b>	<b>28,55</b>	<b>23,13</b>	<b>90,27</b>	<b>685,4</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,2	5,2	6,5	77,01	260	1,51	6,39	7,99	94,43	106/3; 106/2	ТТК № 106
Колбаса "Киевская"	90	11,1	14,26	10,2	215,87	100	12,3	15,8	11,3	239,86	169/3	Москва 2003 № 169
Макаронные изделия отварные (спагетти)	150	5,52	4,51	26,45	168,45	180	6,62	5,42	31,73	202,14	114/1	ТТК № 114
Овощи свежие и консервов порциями (помидоры свежие в нарезку с кукурузой и горошком консерв.)	60	1,38	0,06	4,94	26,6	0	0	0	0	0	304	ТТК № 304
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Морс из черной смородины	200	0	0	19,97	76	200	0	0	19,97	76	89/3	ТТК № 89
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	40	2,6	0,4	17,2	85	11	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	40	3,2	0,4	20,4	100	40	3,2	0,4	20,4	100	11	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>25</b>	<b>24,83</b>	<b>105,66</b>	<b>748,93</b>	<b>920</b>	<b>26,27</b>	<b>28,45</b>	<b>118,39</b>	<b>844,43</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Кефир "Творожный" (нарезной)	80	9,54	11,9	40,9	300,8	80	9,54	11,9	40,9	300,8	447/2	Москва 2011 № 447
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром и лимонном	222	0,13	0,02	15,2	62	222	0,13	0,02	15,2	62	686/1	Москва 2004 № 686
<b>ИТОГО</b>	<b>302</b>	<b>9,67</b>	<b>11,92</b>	<b>56,1</b>	<b>362,8</b>	<b>402</b>	<b>9,71</b>	<b>11,96</b>	<b>65,9</b>	<b>409,8</b>		
<b>ОБЩИЙ ИТОГ</b>	<b>1584</b>	<b>59,29</b>	<b>57,03</b>	<b>238,88</b>	<b>1702,79</b>	<b>1874</b>	<b>64,53</b>	<b>63,54</b>	<b>274,56</b>	<b>1939,63</b>		
<b>СУБСОТА</b>												
<b>7-11 лет</b>												
<b>НАИМЕНОВАНИЕ</b>												
	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>КАКАЛ</b>	<b>ВЫХОД, гр</b>	<b>Белки, гр</b>	<b>Жиры, гр</b>	<b>Углеводы, гр</b>	<b>КАКАЛ</b>	<b>№ ТК</b>	<b>№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР</b>
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша молочная кукурузная	205	6,12	5,56	50,64	272,32	250	8,4	11,02	60,85	366,11	117; 117/4	ТТК № 117
Сыр порциями	30	6,96	8,85	0	108	20	4,64	5,9	0	72	25/2	Москва 1994 таб. № 25
Батон нарезной	30	2,85	0,9	15,6	79,5	80	7,6	2,4	41,6	212	266/2	ТТК № 266
Фрукты свежие порциями	100	0,4	0,4	9,8	47	0	0	0	0	0	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>16,4</b>	<b>15,73</b>	<b>91,04</b>	<b>566,82</b>	<b>565</b>	<b>20,71</b>	<b>19,34</b>	<b>117,45</b>	<b>710,11</b>		
<b>ОБЕД</b>												
Свекольник	200	1,53	5,1	8	83,9	260	2	6,59	10,45	108,33	35/4; 35/3	Пермь 2001 № 35
Медальоны из рыбы	90	10,6	12,6	9,06	207,09	100	11,63	14,08	10,08	230,1	42/5	ТТК № 42
Рагу из овощей	150	2,6	11,8	12,81	163,5	180	3,1	13,3	15,37	196,2	541/1	Москва 2004 № 541/3
Салат фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	136,4	200	0,6	0,4	32,6	136,4	389/1	Москва 2011 № 389
Хлеб "Дарницкий" порциями	40	2,6	0,4	17,2	85	50	3,3	0,5	21,5	106,3	11; 11/2	ТТК № 10
Хлеб "Городской" порциями	50	4	0,5	25,5	125	50	4	0,5	25,5	125	11/2	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>21,93</b>	<b>30,8</b>	<b>105,17</b>	<b>800,99</b>	<b>840</b>	<b>24,63</b>	<b>35,37</b>	<b>115,5</b>	<b>902,33</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>												
Сметанник	100	8,64	9,85	45,53	292,98	100	8,64	9,85	45,53	292,98	59/1	ТТК № 59
Фрукты свежие порциями	0	0	0	0	0	100	0,04	0,04	9,8	47	338/2	Москва 2011 № 338
Чай с сахаром	215	0,07	0,02	15	60	215	0,07	0,02	15	60	685/1	Москва 2004 № 685
<b>ИТОГО</b>	<b>315</b>	<b>8,71</b>	<b>9,87</b>	<b>60,53</b>	<b>352,98</b>	<b>415</b>	<b>8,75</b>	<b>9,91</b>	<b>70,33</b>	<b>399,98</b>		
<b>ОБЩИЙ ИТОГ</b>	<b>1625</b>	<b>47,04</b>	<b>56,4</b>	<b>256,74</b>	<b>1720,69</b>	<b>1820</b>	<b>54,09</b>	<b>64,62</b>	<b>303,28</b>	<b>2012,42</b>		

## Приложение № 1

1. Рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – в соответствии со «Сборником рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях» 2011 г., Дели принт, Москва, "Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" 2004 года, "Хлебпродинформ", г.Москва, "Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений" 2001, 2006, 2018 года, г. Пермь, Сборника рецептов для ПОП 1994, 1996 и 1997 года, другие нормативные и технические документы, регламентирующие производство кулинарной продукции.
2. При получении горячего питания для 1-4 классов с 9-00 до 12-00, следует пользоваться меню «1 смена».
3. При получении горячего питания для 1-4 классов с 12-00 до 15-00 следует пользоваться меню «Обеда» и меню «2 смена».
4. Для обучающихся образовательных учреждений необходимо формировать двухнедельное меню трехразового горячее питание (завтрак, обед, полдник). Для детей, посещающих группу продленного дня, дополнительно должен быть организован полдник. Интервалы между приемами пищи не должны превышать 3,5 – 4,0 часа.
5. Исходя из приемов пищи, при получении горячего питания 1 смены 1-4 классов для категории малообеспеченные, следует применять 1 или 2 вариант меню (второй завтрак или полдник), для получения горячего питания 2 смены 1-4 классов следует применять 2 вариант меню (полдник).
6. Наряду с основным питанием, при наличии условий, должно быть организовано дополнительное питание обучающихся через буфеты образовательных учреждений с соответствующим ассортиментом. Наряду с основным питанием, при наличии условий, должно быть организовано дополнительное модульное питание обучающихся.
7. Примерное меню при его практическом использовании может корректироваться с учетом климато-географических, национальных, конфессиональных и территориальных особенностей питания населения, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания детей основных пищевых веществ в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
8. Фактический рацион питания должен соответствовать утвержденному примерному меню. В исключительных случаях допускается замена одного вида пищевой продукции, Блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов (приложение № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
9. Ежедневно в обеденном зале вывешивают утвержденное руководителем образовательного учреждения ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции, а также меню дополнительного питания с указанием наименования блюда, массы порции, калорийности порции.
10. Овощи свежие и консервированные порциями возможно взаимозаменять между собой:
  - огурцы свежие на помидоры свежие, и наоборот;
  - помидоры свежие в нарезку с кукурузой консервированной на огурцы свежие в нарезку с горошком консервированным и т.д., и наоборот.
11. Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнешпуды и пр.) в период после 1 марта допускается использовать только согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
12. Фрукты свежие возможно взаимозаменять между собой и заменять на фруктовые и фруктово-ягодные соки согласно приложению № 11 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
13. В примерном утвержденном двухнедельном меню указано расчетное значение порции фруктов (100, 150, 200 гр.). Для фактического расчета веса фруктов, при составлении ежедневного меню, учитывается то, что фрукты относятся к калибровочному товару, и поэтому в меню указывается фактический вес фруктов. При этом фактический вес порции фруктов не может быть меньше указанного в требованиях СанПиН – менее 100 гр. (приложение 9 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (Масса порций для детей в зависимости от возраста в граммах). При этом должны соблюдаться требования, установленные по КБЖУ (таб. 1 прил. 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) каждого приема пищи и минимальному суммарному объему блюд по приемам пищи (Таб.3 прилож.9 СанПиН 2.3/2.4.3590-20).
14. Рекомендуемый ассортимент свежих фруктов для организации питания учащихся: яблоки, апельсины, мандарины.
15. Фрукты свежие, ягоды свежемороженые, а также сухофрукты для приготовления 3 блюд возможно взаимозаменять, исходя из пищевых предпочтений учащихся, при условии исключения повторяемости.
16. Напитки в ежедневном меню можно заменять, исходя из пищевых предпочтений учащихся, при условии исключения повторяемости.
17. При составлении ежедневного меню, пищевая ценность на продукцию промышленного производства (фруктовые пюре, соки, кондитерские изделия и т.д.), указывается исходя из фактических показателей на упаковке производителя.
18. Ассортимент круп в вязких кашах можно заменять исходя из пищевых предпочтений учащихся, при условии исключения повторяемости.
19. Все предприятия снабжаются полуфабрикатами различной степени готовности согласно объему-планировочному решению объекта и наличию технологического оборудования.
20. Калорийность блюд рассчитывается по сборнику «Химический состав и калорийность российских продуктов» под ред. Тутельяна В.А., в соответствии с фактической калорийностью, указанной на упаковке, а так же с использованием интернет источников.



