

УТВЕРЖДАЮ

Директор ТМК ОУ «Дудинская средняя школа № 4»

Л.П. Клименова

2021 г.



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
В ТАЙМЫРСКОМ МУНИЦИПАЛЬНОМ КАЗЕННОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ  
«ДУДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 4»**

**(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, ТАЙМЫРСКИЙ ДОЛГАНО-НЕНЕЦКИЙ РАЙОН,**

**Г. ДУДИНКА, УЛ. ЩОРСА, 23 «В»)**

Разработано

Некоммерческой организацией

"Фонд санитарно-эпидемиологического  
благополучия Красноярского края"

" " 20 г. Регистр № 05/12-26 2021 г.

Полное или частичное копирование для исполь-  
зования третьими лицами без разрешения  
разработчика запрещено

Г. Дудинка

2021 г.

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 1							День 1						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
92	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	8,31	8,13	39,45	265,33	1	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	8,31	8,13	39,45	265,33
2	Какао с молоком	200	5,13	4,30	14,87	120,00	2	Какао с молоком	200	5,13	4,30	14,87	120,00
38	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	3	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ГП	Кондитерские изделия	20	0,56	0,66	15,46	70,80	ГП	Кондитерские изделия	30	0,84	0,99	23,19	106,20
70	Сыр (порциями)	20	2,27	4,60	0,52	60,00	70	Сыр (порциями)	25	2,84	5,75	0,65	75,00
ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,00	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,31	7,59	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	520	24,29	22,84	85,03	656,73		Итого	550	26,34	24,55	98,58	738,33
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00	87	Салат из свеклы	100	1,75	5,09	9,51	92,00
40	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	1,33	22,57	109,00	40	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	1,33	22,57	109,00
56	Поджарка из рыбы	90	10,98	7,81	4,24	127,00	56	Поджарка из рыбы	120	14,64	10,41	5,65	169,33
105	Пюре картофельное	150	3,08	5,87	17,97	144,17	105	Пюре картофельное	180	3,69	7,04	21,56	173,00
97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,12	51,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	760	28,05	23,89	91,93	705,31		Итого	1140	35,22	30,10	113,64	881,67
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		52,34	46,73	176,96	1362,04		<b>Итого за день</b>		61,56	54,65	212,22	1620,00
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		55,68	43,67	52,82	50,84		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		57,00	44,07	54,70	52,24

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 2							День 2						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,90	83,00	6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,90	83,00
91	Котлеты "Московские"	100	10,14	11,34	13,81	196,25	91	Котлеты "Московские"	120	12,17	13,61	16,57	235,50
88	Соус сметанный с томатом и овощами	20	0,77	1,36	2,70	27,75	88	Соус сметанный с томатом и овощами	20	0,77	1,36	2,70	27,75
11	Макаронные изделия отварные	100	3,69	2,76	21,61	121,34	11	Макаронные изделия отварные	120	4,43	3,32	25,93	145,60
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,06	30,00	57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,13	31,00
ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	525	18,92	22,14	67,41	546,34		Итого	580	22,82	25,18	80,06	640,65
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
106	Винегрет овощной	40	0,64	4,07	3,19	52,00	106	Винегрет овощной	60	0,96	6,10	4,78	78,00
28	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,37	3,58	20,51	116,00	28	Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,37	3,58	20,51	116,00
13	Печень говяжья по-строгановски	90	11,22	10,91	0,94	151,00	13	Печень говяжья по-строгановски	120	13,46	13,09	1,13	181,20
41	Рис отварной	150	3,69	5,48	30,04	209,00	41	Рис отварной	180	4,43	6,58	36,05	250,80
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	5,29	4,45	17,52	139,00	36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	7,41	6,23	24,53	194,60
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,60	15,16	85,87
	Итого	1035	33,80	34,40	120,20	942,94		Итого	1145	39,95	41,62	138,60	1116,27
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	
	<b>Итого за день</b>		52,72	56,54	187,61	1489,28		<b>Итого за день</b>		62,77	66,80	218,66	1756,92
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		56,09	52,84	56,00	55,59		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		58,12	53,87	56,36	56,66

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 3							День 3						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00	87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00
51	Рыба, тушеная в томате с овощами	70	9,15	1,20	0,85	50,27	51	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	14,38	1,89	1,33	79,00
7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36	7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
	<b>Итого</b>	<b>715</b>	<b>22,95</b>	<b>15,69</b>	<b>68,12</b>	<b>497,43</b>		<b>Итого</b>	<b>775</b>	<b>29,64</b>	<b>16,65</b>	<b>75,81</b>	<b>564,96</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	40	1,24	0,08	2,60	16,00	107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	60	1,86	0,12	3,90	24,00
22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00	22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00
74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75	74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75
103	Каша перловая рассыпчатая	150	4,41	4,10	31,53	179,00	103	Каша перловая рассыпчатая	180	5,29	4,92	37,84	214,80
98	Компот из сухофруктов	200	0,88	0,00	27,82	120,00	98	Компот из сухофруктов	200	1,32	0,00	38,74	167,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	<b>Итого</b>	<b>985</b>	<b>28,01</b>	<b>27,10</b>	<b>124,80</b>	<b>886,89</b>		<b>Итого</b>	<b>1055</b>	<b>31,48</b>	<b>28,24</b>	<b>150,72</b>	<b>1018,89</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		50,96	42,79	192,92	1384,32		<b>Итого за день</b>		61,12	44,89	226,53	1583,85
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		54,21	39,99	57,59	51,67		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		56,59	36,20	58,38	51,08

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 4							День 4						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
100	Томаты в собственном соку или лечо	55	0,39	0,11	2,59	12,10	100	Томаты в собственном соку или лечо	55	0,39	0,11	2,59	12,10
59	Птица отварная (окорочка куриные)	65	13,72	8,84	0,00	137,31	59	Птица отварная (окорочка куриные)	80	16,88	10,88	0,00	169,00
52	Рис припущенный	100	2,40	2,71	23,05	128,67	52	Рис припущенный	120	2,88	3,25	27,66	154,40
79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00	79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	560	20,11	12,78	62,50	458,08		Итого	615	25,21	15,63	74,32	554,30
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
8	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	8	Салат витаминный	100	1,10	10,10	10,60	138,00
5	Суп картофельный гороховый	250	5,18	2,89	21,36	124,00	5	Суп картофельный гороховый	250	5,18	2,89	21,36	124,00
66,61	Жаркое по-домашнему (или азу)	200	12,71	17,06	15,16	270,00	66,61	Жаркое по-домашнему (или азу)	200	12,71	17,06	15,16	270,00
ГП	Кондитерские изделия	15	0,63	0,74	17,39	79,65	ГП	Кондитерские изделия	25	0,70	0,83	19,33	88,50
97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,12	51,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	785	23,63	27,58	92,14	718,59		Итого	865	26,33	32,11	111,20	850,84
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		43,74	40,36	154,64	1176,67		<b>Итого за день</b>		51,54	47,74	185,52	1405,14
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		46,53	37,72	46,16	43,92		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		47,72	38,50	47,81	45,31

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 5							День 5						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
102	Кукуруза консервированная отварная	40	0,88	0,16	4,48	23,00	102	Кукуруза консервированная отварная	40	0,88	0,16	4,48	23,00
12	Тефтели из говядины с рисом "ежики"	80	9,58	8,66	10,33	156,00	12	Тефтели из говядины с рисом "ежики"	80	9,58	8,66	10,33	156,00
88	Соус сметанный с томатом и овощами	20	0,77	1,36	2,70	27,75	88	Соус сметанный с томатом и овощами	20	0,77	1,36	2,70	27,75
24	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,71	3,90	25,78	160,00	24	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,85	4,68	30,94	192,00
69	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	17,99	75,00	69	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	17,99	75,00
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>20,48</b>	<b>15,15</b>	<b>85,70</b>	<b>567,75</b>		<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>23,08</b>	<b>16,20</b>	<b>98,07</b>	<b>638,55</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
70	Сыр (порциями)	15	1,70	3,45	0,39	45,00	70	Сыр (порциями)	25	2,84	5,75	0,65	75,00
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	185	35,61	15,43	29,94	416,00	31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	205	39,68	17,24	32,97	464,00
97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,05	42,00	97	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	12,12	51,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	<b>Итого</b>	<b>840</b>	<b>48,28</b>	<b>25,43</b>	<b>89,44</b>	<b>816,14</b>		<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>55,02</b>	<b>29,82</b>	<b>102,19</b>	<b>944,34</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>68,76</b>	<b>40,58</b>	<b>175,14</b>	<b>1383,89</b>		<b>Итого за день</b>		<b>78,10</b>	<b>46,02</b>	<b>200,26</b>	<b>1582,89</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>94,00</b>	<b>107,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2679,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>108,00</b>	<b>124,00</b>	<b>388,00</b>	<b>3101,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>73,15</b>	<b>37,93</b>	<b>52,28</b>	<b>51,66</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>72,31</b>	<b>37,11</b>	<b>51,61</b>	<b>51,04</b>

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 6							День 6						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
68	Каша из хлопьев овсяных Геркулес" жидкая	200	7,07	11,43	29,35	248,00	68	Каша из хлопьев овсяных Геркулес" жидкая	200	7,07	11,43	29,35	248,00
84	Кофейный напиток с молоком	200	5,44	4,40	15,07	119,00	84	Кофейный напиток с молоком	200	5,84	4,60	15,27	121,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,31	7,59	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,31	7,59	41,60
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	90	0,36	0,36	8,82	42,00	ГП	Банан, или груша, или яблоко, или др.	90	0,36	0,36	8,82	42,00
36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	5,29	4,45	17,52	139,00	36	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	7,41	6,23	24,53	194,60
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>20,75</b>	<b>21,13</b>	<b>83,48</b>	<b>616,60</b>		<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>23,93</b>	<b>23,23</b>	<b>94,11</b>	<b>692,20</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	40	1,24	0,08	2,60	16,00	107	Зеленый горошек (или кукуруза) конс.отварная	60	1,86	0,12	3,90	24,00
33	Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем со сметаной	255	1,96	3,44	8,20	81,00	33	Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем со сметаной	255	1,96	3,44	8,20	81,00
74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75	74	Котлеты, биточки, шницели (говядина+свинина)	100	14,64	18,01	14,13	278,75
111	Макаронные изделия отварные	150	5,54	4,14	32,42	182,01	111	Макаронные изделия отварные	180	6,65	4,97	38,90	218,41
112	Какао с молоком	200	5,21	5,57	17,81	142,00	112	Какао с молоком	200	5,45	5,71	19,91	153,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	<b>Итого</b>	<b>805</b>	<b>33,04</b>	<b>32,07</b>	<b>96,98</b>	<b>819,90</b>		<b>Итого</b>	<b>885</b>	<b>37,20</b>	<b>33,48</b>	<b>117,67</b>	<b>934,50</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		53,79	53,20	180,46	1436,50		<b>Итого за день</b>		61,13	56,71	211,78	1626,70
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		57,22	49,72	53,87	53,62		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		56,60	45,73	54,58	52,46

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 7							День 7						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	45	0,36	0,05	0,72	5,85	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	0,96	7,80
95	Запеканка из печени с рисом	100	12,70	7,96	10,34	169,00	95	Запеканка из печени с рисом	145	18,42	11,54	14,99	245,05
7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36	7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36
17	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,00	23,36	100,00	17	Компот из сухофруктов	200	0,80	0,00	27,82	120,00
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
	Итого	530	19,68	14,25	66,41	493,21		Итого	610	27,12	18,11	82,97	630,01
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
8	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,80	8	Салат витаминный	100	1,10	10,10	10,60	138,00
45	Суп-лапша домашняя	250	2,62	2,08	15,41	86,00	45	Суп-лапша домашняя	250	2,62	2,08	15,41	86,00
41	Рис отварной	150	3,69	5,48	30,04	209,00	41	Рис отварной	180	4,43	6,58	36,05	250,80
115	Птица отварная (окорочка куриные)	90	18,99	12,24	0,00	190,13	115	Птица отварная (окорочка куриные)	120	25,32	16,32	0,00	253,50
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	1010	37,21	31,89	103,23	861,87		Итого	1140	46,91	41,51	124,29	1081,44
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	
	<b>Итого за день</b>		56,89	46,14	169,64	1355,08		<b>Итого за день</b>		74,03	59,62	207,26	1711,45
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		60,52	43,12	50,64	50,58		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		68,55	48,08	53,42	55,19



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,90	83,00	6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,90	83,00
19	Плов из птицы	200	12,67	14,02	23,78	271,00	108	Плов из птицы	230	14,57	16,12	27,35	311,65
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
70	Сыр (порциями)	15	1,70	3,45	0,39	45,00	70	Сыр (порциями)	20	2,27	4,60	0,52	60,00
79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00	79	Компот из свежемороженой ягоды	200	0,21	0,15	12,44	54,00
	Итого	515	18,57	24,24	57,13	532,00		Итого	570	22,50	27,76	68,04	626,45
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	0,96	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,60	13,00
22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00	22,1	Борщ с капустой и картофелем со сметаной или свекольник со сметаной	255	1,67	3,36	9,26	88,00
110	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	14,38	1,89	1,33	79,00	110	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	14,38	1,89	1,33	79,00
65	Картофель отварной	150	2,82	5,17	18,98	142,50	65	Картофель отварной	180	3,38	6,20	22,77	171,00
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	180	0,72	0,72	17,64	85,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	1215	31,32	17,23	99,59	696,24		Итого	1315	34,39	18,70	114,83	789,14
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	
	<b>Итого за день</b>		49,89	41,47	156,72	1228,24		<b>Итого за день</b>		56,89	46,46	182,87	1415,59
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		53,07	38,76	46,78	45,85		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		52,68	37,47	47,13	45,65

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 9							День 9						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
87	Салат из свеклы	60	1,04	3,05	5,68	55,00	87	Салат из свеклы	100	1,75	5,09	9,51	92,00
29	Гуляш	100	15,79	14,78	2,59	205,00	29	Гуляш	100	15,79	14,78	2,59	205,00
11	Макаронные изделия отварные	100	3,69	2,76	21,61	121,34	11	Макаронные изделия отварные	120	4,43	3,32	25,93	145,60
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,06	30,00	57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,13	31,00
	Итого	500	23,51	21,16	51,56	490,34		Итого	580	24,67	18,94	57,48	499,40
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
9	Салат яичный	100	5,55	14,65	1,80	162,00	9	Салат яичный	100	5,55	14,65	1,80	162,00
60	Суп с рыбными консервами	250	8,85	3,76	13,58	139,00	60	Суп с рыбными консервами	250	8,85	3,76	13,58	139,00
91	Котлеты "Московские"	100	10,14	11,34	13,81	196,25	91	Котлеты "Московские"	120	12,17	13,61	16,57	235,50
103	Каша перловая рассыпчатая	150	4,41	4,10	31,53	179,00	103	Каша перловая рассыпчатая	180	5,29	4,92	37,84	214,80
114	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	18,78	78,00	114	Кисель из свежемороженой ягоды	200	0,15	0,10	20,78	86,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	860	33,55	34,78	101,32	874,39		Итого	940	38,65	38,27	123,20	1016,64
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		57,06	55,94	152,88	1364,73		<b>Итого за день</b>		63,32	57,21	180,68	1516,04
	<b>Суточная потребность</b>		94,00	107,00	335,00	2679,00		<b>Суточная потребность</b>		108,00	124,00	388,00	3101,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		60,70	52,28	45,64	50,94		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		58,63	46,14	46,57	48,89

Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 10							День 10						
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
10	Винегрет овощной	60	0,96	6,10	4,78	78,00	10	Винегрет овощной	60	0,96	6,10	4,78	78,00
23	Биточки рыбные	100	13,86	5,30	16,68	156,25	23	Биточки рыбные	100	13,86	5,30	16,68	156,25
7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36	7	Пюре картофельное	145	2,97	5,67	17,37	139,36
ГП	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,13	27,00	ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,39	9,49	52,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,54	13,28	72,80
25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80	25	Сок	200	1,00	0,20	20,00	65,80
								Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
	Итого	545	21,78	17,84	73,45	518,41	75/63	Итого	765	29,04	23,11	90,26	665,21
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
18	Омлет натуральный	200	13,24	14,42	6,44	207,00	18	Омлет натуральный	200	13,24	14,42	6,44	207,00
70	Сыр (порциями)	15	1,70	3,45	0,39	45,00	70	Сыр (порциями)	25	2,84	5,75	0,65	75,00
90	Масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,32	0,24	129,40	90	Масло сливочное (порциями)	20	0,16	14,32	0,24	129,40
39	Овощи припущенные	80	1,04	2,48	5,12	48,00	39	Овощи припущенные	80	1,04	2,48	5,12	48,00
75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00	75/63	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	9,60	108,00
113	Кофейный напиток с молоком	200	5,68	5,72	18,10	140,00	113	Кофейный напиток с молоком	200	5,68	5,72	20,10	148,00
ГП	Кондитерские изделия	15	0,63	0,74	17,39	79,65	ГП	Кондитерские изделия	25	0,70	0,83	19,33	88,50
ГП	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,55	45,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	72,00
ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,53	13,27	75,14	ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	107,34
	Итого	790	32,70	46,96	79,10	877,19		Итого	840	36,10	49,75	94,11	983,24
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	Итого за день		54,48	64,80	152,55	1395,60		Итого за день		65,14	72,86	184,37	1648,45
	Суточная потребность		94,00	107,00	335,00	2679,00		Суточная потребность		108,00	124,00	388,00	3101,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		57,96	60,56	45,54	52,09		Процент удовлетворения суточной потребности		112,70	58,76	47,52	53,16

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-10 лет				Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше					
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 10 дней	540,63	488,55	1699,52	13576,35	Итого за 10 дней	635,60	552,96	2010,15	15867,03
Итого за 1 день	54,06	48,86	169,95	1357,64	Итого за 1 день	63,56	55,30	201,02	1586,70
Суточная потребность	94,00	107,00	335,00	2679,00	Суточная потребность	108,00	124,00	388,00	3101,00
Процент удовлетворения суточной потребности	57,51	45,66	50,73	50,68	Процент удовлетворения суточной	58,85	44,59	51,81	51,17

Примечание: ГП - готовый продукт.

дни	завтрак	обед
норма	20-25%	30-35%
1	24,51	26,33
2	20,39	35,20
3	18,57	33,11
4	17,10	26,82
5	21,19	30,46
итого	101,77	151,92
ср.зн.	20,4	30,4
6	23,02	30,60
7	18,41	32,17
8	19,86	25,99
9	18,30	32,64
10	19,35	32,74
итого	98,94	154,15
ср.зн.	19,8	30,8

Примечание: ГП - готовый продукт.

дни	завтрак	обед
норма	20-25%	30-35%
1	23,81	28,43
2	20,66	36,00
3	18,22	32,86
4	17,87	27,44
5	20,59	35,80
итого	101,15	160,52
ср.зн.	20,2	32,1
6	22,32	30,14
7	20,32	34,87
8	20,20	25,45
9	16,10	32,78
10	21,45	31,71
итого	100,40	154,95
ср.зн.	20,1	31,0