

Согласовано
Директор

"29" февраля 2024г

Утверждаю
Директор ООО
"Комбинат школьного питания"

Н.А.Вагура
"29" февраля 2024г

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ
7-11 лет и с 12 лет и старше
с 01 марта 2024года

Неделя первая

День первый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с маслом сливочным 18,5/5	23,5	2	3	9	70
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным 200/10	210	5	7	28	191
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3	1	17	83
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		574	14	17	89	561
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с маслом сливочным 18,5/10	28,5	2	4	11	85
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным 250/20	270	7	8	35	238
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3	1	17	83
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		639	15	19	97	623
Обед 7-11 лет						
133	Суп картофельный с рыбой 200/10	210	5	3	14	107
СРБКИ 542	Митболы из говядины	90	9	18	3	
516	Макаронные изделия отварные	150	5	4	32	185
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	78
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3	1	17	83
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		730	25	26	102	535
Обед с 12 лет и старше						
133	Суп картофельный с рыбой 250/10	260	7	4	17	132
СРБКИ 542	Митболы из говядины	100	10	19	3	229
516	Макаронные изделия отварные	180	6	5	39	222
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	78
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		840	29	30	120	867
Итого с 7 до 11 лет			38	43	190	1091
Итого с 12 лет			45	49	218	1491

Неделя первая

День второй

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
СТН 18/5	Творожная запеканка "Неженка" со сгущенным молоком 200/40	240	20	26	53	520
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	21	103
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Итого:		500	26	28	98	747
Завтрак с 12 лет и старше						
СТН 18/5	Творожная запеканка "Неженка" со сгущенным молоком 230/60	290	25	30	60	609
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	21	103
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Итого:		550	31	32	106	836
Обед 7-11 лет						
114	Борщ с картофелем и сметаной 200/5	205	4	6	9	105
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным 90/5	95	15	19	28	346
520	Пюре картофельное	150	4	4	23	151
ЕСТН 157	Дополнительный гарнир: зеленый горошек, припущенный	60	4	1	9	55
634	Компот из вишни	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Итого:		750	30	31	114	852
Обед с 12 лет и старше						
114	Борщ с картофелем и сметаной 250/5	255	5	8	11	133
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным 100/10	110	16	21	32	383
520	Пюре картофельное	180	5	5	28	177
ЕСТН 157	Дополнительный гарнир: зеленый горошек, припущенный	100	6	1	15	91
634	Компот из вишни	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Итого:		885	36	36	129	981
Итого с 7 до 11 лет			55	59	212	1599
Итого с 12 лет			66	68	235	1817

Неделя первая

День третий

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
з	Бутерброд с сыром 18,5/15	23,5	6	12	1	135
340	Омлет натуральный с маслом сливочным 200/15	215	12	12	3	171
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	61	3	1	25	120
Итого:		500	26	31	64	640
Завтрак с 12 лет и старше						
з	Бутерброд с сыром 18,5/30	48,5	7	16	1	176
340	Омлет натуральный с маслом сливочным 220/10	230	13	13	4	183
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	80	5	1	30	148
Итого:		559	30	36	69	720
Обед 7-11 лет						
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом и маслом растительным	60	0	3	1	34
СТН 21/2	Суп - лапша с курой 200/15	215	3	5	12	105
СРБКИ 448	Рыба (горбуша), запеченная по - провансальски	90	13	3	8	112
СРБКИ 624	Рис пикантный	150	4	5	36	209
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Хлеб ржаной	60	3	1	25	120
Итого:		795	24	18	112	708
Обед с 12 лет и старше						
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом и маслом растительным	100	1	5	2	57
СТН 21/2	Суп - лапша с курой 250/15	265	3	6	16	132
СРБКИ 448	Рыба (горбуша), запеченная по - провансальски	100	14	4	9	125
СРБКИ 624	Рис пикантный	180	4	6	44	250
700	Напиток из клюквы	200	0	0	21	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	5	1	30	148
Пром.	Хлеб ржаной	60	3	1	25	120
Итого:		975	30	24	146	919
Итого с 7 до 11 лет			50	49	176	1348
Итого с 12 лет			61	60	215	1639

Неделя первая

День четвертый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным 200/10	210	9	13	43	318
741	Ватрушка с творогом	65	3	8	8	111
СТН 16/10	Чай с молоком	200	1	2	16	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
Итого:		695	14	22	86	599
Завтрак с 12 лет и старше						
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным 250/10	260	11	16	54	404
741	Ватрушка с творогом	80	3	8	10	128
СТН 16/10	Чай с молоком	200	1	2	16	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
Итого:		760	18	27	98	703
Обед 7-11 лет						
СТН 22/1	Салат из огурцов зеленым укропом и маслом растительным	60	0	3	1	35
171	Суп-пюре из картофеля с гренками 200/20	220	4	5	24	157
СРБКИ 616	Шницель рубленый куриный с овощами	90	15	3	12	140
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9	7	38	247
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	4	1	29	145
Пром.	Хлеб ржаной	70	4	1	29	145
Итого:		860	38	21	157	964
Обед с 12 лет и старше						
СТН 22/1	Салат из огурцов зеленым укропом и маслом растительным	100	1	5	2	58
171	Суп-пюре из картофеля с гренками 250/20	270	5	6	29	193
СРБКИ 616	Шницель рубленый куриный с овощами	100	17	4	13	156
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	10	8	45	296
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	70	4	1	29	145
Итого:		980	42	25	168	1067
Итого с 7 до 11 лет			52	43	242	1563
Итого с 12 лет			59	52	266	1769

Неделя первая

День пятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
1	Бутерброд с маслом сливочным 18,5/5	23,5	2	3	9	70
311	Каша жидкая пшениая с маслом сливочным 200/10	210	7	9	45	289
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		554	15	19	97	618
Завтрак с 12 лет и старше						
1	Бутерброд с маслом сливочным 18,5/5	23,5	2	3	9	70
311	Каша жидкая пшениая с маслом сливочным 250/10	260	8	8	45	282
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		604	15	18	98	611
Обед 7-11 лет						
139	Суп картофельный с горохом и гречками 200/15	215	3	5	17	121
СРБКИ 504	Жаркое по-домашнему	180	29	25	28	453
535	Капуста запеченная	60	2	2	3	37
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	5	1	30	148
Пром.	Хлеб ржаной	60	3	1	25	120
Итого:		785	42	34	125	970
Обед с 12 лет и старше						
139	Суп картофельный с горохом и гречками 250/15	265	4	6	21	149
СРБКИ 504	Жаркое по-домашнему	200	32	28	31	504
535	Капуста запеченная	100	3	3	5	62
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	5	1	30	148
Пром.	Хлеб ржаной	60	3	1	25	120
Итого:		895	47	39	135	1073
Итого с 7 до 11 лет			56	53	223	1588
Итого с 12 лет			61	57	233	1685

Неделя первая

День шестой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрес"	120	23	14	33	347
520	Пюре картофельное	150	3	4	21	133
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2	1	12	62
Итого:		500	28	18	75	578
Завтрак с 12 лет и старше						
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрес"	100	19	11	28	289
520	Пюре картофельное	200	4	6	27	177
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4	1	21	105
Итого:		550	27	18	85	607
Обед 7-11 лет						
133	Суп картофельный с рыбой 200/10	210	5	3	18	124
СРБКИ 321	Помидоры фаршированные говядиной	200	7	33	15	386
634	Компот из смородины	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	21	103
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		700	18	38	78	732
Обед с 12 лет и старше						
133	Суп картофельный с рыбой 250/10	260	7	4	17	134
СРБКИ 321	Помидоры фаршированные говядиной	230	8	38	17	444
634	Компот из смородины	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	70	5	1	30	148
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		800	22	45	89	845
Итого с 7 до 11 лет			46	57	154	131
Итого с 12 лет			49	62	174	145

Неделя вторая

День седьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
3	Бутерброд с сыром 18,5/15	33,5	6	12	1	69
302	Кашая вязкая гречневая с маслом сливочным 200/15	215	7	7	24	189
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Итого:		509	23	26	85	595
Завтрак с 12 лет и старше						
3	Бутерброд с сыром 18,5/15	33,5	6	12	1	69
302	Кашая вязкая гречневая с маслом сливочным 250/10	260	9	9	31	239
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Итого:		554	24	28	91	645
Обед 7-11 лет						
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 200/10	210	3	4	18	117
ЕСТН326	Бефстроганов из отварной говядины	90	20	20	5	283
516	Макаронные изделия отварные	180	6	5	39	222
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	78
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2	1	12	62
Пром.	Хлеб ржаной	24	2	0	10	50
Итого:		734	32	29	104	811
Обед с 12 лет и старше						
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260	3	4	23	145
ЕСТН326	Бефстроганов из отварной говядины	100	22	23	6	314
516	Макаронные изделия отварные	180	6	5	39	222
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	78
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Итого:		820	37	33	120	924
Итого с 7 до 11 лет			55	55	189	1406
Итого с 12 лет			61	61	211	1569

Неделя вторая

День восьмой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
ЕСТН 286	Сырники из творога	225	35	19	42	481
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	75	5	1	31	155
Итого:		500	40	21	87	693
Завтрак с 12 лет и старше						
ЕСТН 286	Сырники из творога	275	43	24	51	588
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	75	5	1	31	155
Итого:		550	48	25	96	800
Обед 7-11 лет						
139	Суп картофельный с горохом и гречками 200/10	210	3	5	17	121
505	Куриные шарики "Чемпион"	90	15	12	1	168
520	Пюре картофельное	150	3	4	21	133
ЕСТН 157	Дополнительный гарнир: зеленый горошек, припущенный	60	4	1	9	55
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Итого:		790	31	22	108	755
Обед с 12 лет и старше						
139	Суп картофельный с горохом и гречками 250/10	260	4	6	21	151
505	Куриные шарики "Чемпион"	100	16	13	1	185
520	Пюре картофельное	180	4	5	25	159
ЕСТН 157	Дополнительный гарнир: зеленый горошек, припущенный	100	6	1	15	91
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	113
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		940	37	26	131	906
Итого с 7 до 11 лет			70	43	195	144
Итого с 12 лет			84	51	227	170

Неделя вторая

День девятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
ЕСТН 289	Вареники ленивые с маслом сливочным	200	23	14	25	319
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2	0	10	52
Итого:		425	29	21	61	544
Завтрак с 12 лет и старше						
ЕСТН 289	Вареники ленивые с маслом сливочным	275	25	16	28	354
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	2	0	10	52
Итого:		500	31	22	63	579
Обед 7-11 лет						
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	60	0	3	1	34
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200/5	205	1	4	3	49
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	90	13	10	15	197
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	15	9	7	170
634	Компот из смородины	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Итого:		785	34	27	68	651
Обед с 12 лет и старше						
СТН 18/1	Салат из помидоров с зеленым укропом и маслом растительным	100	1	5	2	57
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем, и сметаной 250/10	260	1	5	4	61
ЕСТН 350	Тефтели из говядины - "Ежики"	100	14	11	16	219
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	18	11	9	204
634	Компот из смородины	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		940	40	33	81	782
Итого с 7 до 11 лет			63	48	128	11
Итого с 12 лет			71	56	144	13

Неделя вторая

День десятый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром	210	7	16	20	247
ЕСТН 267	Яйцо вареное	40	5	5	0	63
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	21	103
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	21	103
Итого:		500	17	23	61	516
Завтрак с 12 лет и старше						
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром	260	8	20	24	305
ЕСТН 267	Яйцо вареное	40	5	5	0	63
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	21	103
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	21	103
Итого:		550	18	26	66	575
Обед 7-11 лет						
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	60	0	3	1	34
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	205	4	3	5	63
СРБКИ 588	Курица по-тайски	200	8	15	37	311
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	21	103
Пром.	Хлеб ржаной	50	3	1	21	103
Итого:		765	19	22	107	704
Обед с 12 лет и старше						
ЕСТН 350	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	100	1	5	2	58
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5	255	10	7	14	161
СРБКИ 588	Курица по-тайски	250	10	18	46	388
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	90
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	21	103
Пром.	Хлеб ржаной	50	3	1	21	103
Итого:		905	27	33	126	903
Итого с 7 до 11 лет			35	45	168	1221
Итого с 12 лет			45	59	192	1478

Неделя вторая

День одиннадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным 200/10	210	4	6	32	199
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		530	12	13	84	498
Завтрак с 12 лет и старше						
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным 250/10	260	5	8	40	249
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		580	13	14	92	548
Обед 7-11 лет						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой 200/15	215	3	5	12	105
СРБКИ 467	Биточки рыбные любительские	90	7	8	14	155
СРБКИ 646	Картофель по-деревенски	150	6	16	37	314
517	Дополнительный гарнир: смесь мексиканская припущенная	60	1	4	7	67
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		895	22	34	136	937
Обед с 12 лет и старше						
СТН 21/2	Суп - лапша с курой 250/15	265	3	6	16	132
СРБКИ 467	Биточки рыбные любительские	100	8	8	16	172
СРБКИ 646	Картофель по-деревенски	180	7	19	45	377
517	Дополнительный гарнир: смесь мексиканская припущенная	100	2	6	12	112
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	86
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Пром.	Фрукт	100	0	0	10	44
Итого:		1045	27	42	161	1130
Итого с 7 до 11 лет			34	47	220	1435
Итого с 12 лет			40	56	253	1678

Неделя вторая

День двенадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Завтрак с 7 до 11 лет						
3	Бутерброд с маслом 18,5/20	38,5	2	5	15	114
311	Каша жидкая пшенная маслом сливочным 200/10	210	7	9	45	289
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
Итого:		669	12	14	92	545
Завтрак с 12 лет и старше						
3	Бутерброд с маслом 18,5/25	43,5	3	6	17	129
311	Каша жидкая пшенная маслом сливочным 250/10	260	8	8	45	282
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	41
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
Итого:		724	12	14	95	553
Обед 7-11 лет						
135	Суп из овощей со сметаной 200/5	205	3	3	9	76
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	200	26	29	24	459
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	60	2	2	3	37
638	Компот из кураги	200	0	0	25	104
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	8	41
Итого:		745	36	36	94	840
Обед с 12 лет и старше						
135	Суп из овощей со сметаной 250/5	255	4	4	11	96
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	240	31	35	28	550
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	100	3	3	5	62
638	Компот из кураги	200	0	0	25	
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4	1	25	124
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	17	83
Итого:		895	44	44	111	915
Итого с 7 до 11 лет			48	50	186	1385
Итого с 12 лет			57	58	206	1468

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней	Выполне е, % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Не дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		12	
Белки	г	77	38,4	55,16	50	51,97	56,26	46,41	54,72	70,42	62,69	35,36	34,05	47,65	603,35	50,28	50
Жиры	г	79	42,9	59,1	49	42,9	52,53	56,7	55,14	43,02	47,82	45,05	46,6	49,88	591	49,25	49
Углеводы	г	335	190,37	211,71	176	242,34	222,5	159,5	189,17	194,88	128,37	168,41	219,83	186,37	2283,06	190,26	190
Энергетическая ценность	Ккал	2350	1095,44	1599,38	1348	1563,34	1587,81	1309,94	1405,53	1448,38	1194,62	1220,53	1434,92	1385	16592,61	1382,72	1383

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней	Выполне е, % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Не дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		12	
Белки	г	77	13,72	25,58	26	14,45	14,68	26,27	22,52	39,88	28,53	16,54	11,82	11,84	254,17	21,18	21,18
Жиры	г	79	16,88	28,06	31	22,14	18,95	18,27	25,68	20,7	20,84	22,75	12,58	14,36	252,3	21,03	21,03
Углеводы	г	335	88,5	98,11	64	85,6	97,12	75,15	84,91	86,82	60,52	61,33	84,33	91,99	978,09	81,51	81,51
Энергетическая ценность	Ккал	2350	560,8	747,3	640,01	599,46	617,75	578,11	594,55	693,1	543,76	516,23	497,82	544,56	7133,45	594,45	594,45

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней	Выполне е, % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
Не дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		12	
Белки	г	77	24,68	29,58	24	37,52	41,58	18,14	32,2	30,54	34,16	18,82	22,23	35,81	349,18	29,10	29,10
Жиры	г	79	25,02	31,04	18	20,76	33,58	38,43	29,46	22,32	26,98	22,3	34,02	35,52	338,7	28,23	28,23
Углеводы	г	335	101,87	113,6	112	156,74	125,38	78,35	104,26	108,06	67,85	107,08	135,5	94,38	1304,97	108,75	108,75
Энергетическая ценность	Ккал	2350	534,64	852,08	708	963,88	970,06	731,83	810,98	755,28	650,86	704,3	937,1	840,44	9459,16	788,26	788,26

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных				
Белки	77	15,4-19,25	23,1-26,9	38,5-46,15
Жиры	79	15,8-19,75	23,7-27,65	39,5-47,4
У	335	67-83,75	100,5-117,25	167,5-201
Э.Ц.	2350	470-587,5	705-822,5	1175-1410
Вит."с"	60			
		затрак 20-25%	обед 30-35%	всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак + обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней 12	Выполнен % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
№ дня																	
Белки	г	90	44,6	66,08	61	59,13	61,42	48,83	61,17	84,37	71,14	45,14	39,76	56,56	698,77	58,2	58
Жиры	г	92	49,03	68,26	60	51,9	56,54	62,32	60,54	51,3	55,55	58,96	56,09	57,84	687,86	57,3	57
Углеводы	г	383	217,65	234,54	215	266,42	232,51	173,92	189,17	226,68	144,18	191,63	253,49	206,13	2551,56	212,6	213
Энергетическая ценность	Ккал	2720	1490,27	1816,82	1639	1769,3	1684,58	1451,88	1405,53	1705,9	1361,23	1477,72	1677,81	1467,76	18947,81	1579,0	1579

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности завтрак) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней 12	Выполнен % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
№ дня																	
Белки	г	90	15,34	30,58	30	17,53	14,82	27,1	24,48	47,65	31,07	18,09	12,91	12,3	282,24	23,52	24
Жиры	г	92	19,17	32,42	36	26,54	17,8	17,74	27,53	25,02	22,42	26,45	14,09	13,85	278,78	23,2316667	23
Углеводы	г	383	97,36	105,5	69	98,41	97,96	84,82	91,45	96,04	63,28	66,03	92,29	94,79	1057,19	88,0916667	88
Энергетическая ценность	Ккал	2720	623,33	836,1	720	702,62	611,32	607,34	645,2	799,94	579,18	574,53	547,61	553,01	7800,45	650,0375	650

Ведомость контроля за рационом питания (анализ калорийности обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	Средняя за 12 дней 12	Выполнен % дневной нормы
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
№ дня																	
Белки	г	90	29,26	35,5	30	41,6	46,6	21,73	36,69	36,72	40,07	27,05	26,85	44,26	416,53	34,7108333	35
Жиры	г	92	29,86	35,84	24	25,36	38,74	44,58	33,01	26,28	33,13	32,51	42	43,99	409,08	34,09	34
Углеводы	г	383	120,29	129,04	146	168,01	134,55	89,1	120,02	130,64	80,9	125,6	161,2	111,34	1516,67	126,3891667	126
Энергетическая ценность	Ккал	2720	866,94	980,72	919	1066,68	1073,26	844,54	923,93	905,96	782,05	903,19	1130,2	914,75	11310,96	942,58	943

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в				
Белки	90	18-22,5	27-31,5	45-54
Жиры	92	18,4-23	27,6-32,2	46-55,2
У	383	76,6-96	114,9-134,05	191,5-230,05
Э.Ц.	2713	542,6-678	813,9-950	1356,5-1628
Вит."с"	70			
		завтрак 20-25%	обед 30-35%	всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания
по расходу продуктов питания

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на сентябрь 2022- апрель 2023

Наименование	среднеуточненные заборы высшей продукции для организации питания детей с 7 до 11 лет (в лето г. на 1 ребенка в день)	Ед. измерен ия	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												ИТОГО (г)	СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ (в г)	Отклонение от нормы (+/-) %	
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день				
Выход - вес порции																		
Хлеб ржаной	80	грамм	80,0	20,0	60,0	70,0	80,0	40,0	40,0	40,0	42,0	40,0	40,0	20,0	572,00	47,7	-40	
Хлеб пшеничный	150	грамм	140,00	60,90	96,00	90,00	110,00	94,20	64,30	130,00	80,00	41,60	80,00	100,00	1 087,00	90,6	-46	
Мука пшеничная	15	грамм	0,00	10,00	4,00	31,00	3,60	18,00	3,60	10,00	2,00	20,00	2,80	3,60	108,60	9,1	-46	
Крупа, Бобовые	45	грамм	39,00	0,00	15,00	0,00	45,00	0,00	80,00	16,00	0,00	0,00	80,00	40,00	315,00	26,3	-42	
Макаронные изделия	15	грамм	38,00	0,00	0,00	0,00	16,00	0,00	0,00	0,00	16,00	38,00	0,00	0,00	108,00	9,0	-40	
Картофель	187	грамм	42,88	170,00	76,80	160,00	0,00	340,00	64,00	170,00	180,00	25,80	17,28	96,00	1 342,56	111,9	-40	
Овощи свежие, зелень	280	грамм	127,50	148,40	113,20	182,50	316,38	60,40	129,60	138,80	154,80	70,40	172,90	319,08	1 933,96	161,2	-42	
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	220,00	140,00	60,00	0,00	60,00	60,00	150,00	60,00	60,00	140,00	350,00	0,00	1 300,00	108,3	-41	
Фрукты (плоды) сухие, в т. ч. шиповник	15	грамм	20,00	10,00	0,00	19,00	10,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	10,00	19,00	107,00	8,9	-41	
Соки плодово-овощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	грамм	200,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	0,00	400	1 400,00	116,7	-42	
Мясо жилованное	70	грамм	76,5	0,00	0,00	60,00	82,80	73,80	83,00	0,00	40,20	0,0	0,00	76,50	492,80	41,1	-41	
Субпродукты	30	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	108,60	0,00	108,60	9,1	-70	
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кат)	35	грамм	0,00	79,00	0,00	0,00	31,20	0,00	0,00	79,00	62,40	0,00	0,00	0,00	251,60	21,0	-46	
Рыба - филе	58	грамм	0,00	0,00	120,00	50,00	60,00	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	400,00	33,3	-43	
Молоко	300	грамм	200,0	250,0	210,0	206,0	190,0	35,0	200,0	110,0	150,0	80,0	210,0	120,0	1 961,00	163,4	-46	
Кисломолочные продукты	150	грамм													0,00	0,0		
Творог	50	грамм	0,0	130,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	130,00	0,00	100,0	0,00	0,00	360,00	30,0	-40	
Сыр	10	грамм	0,0	0,00	10,00	18,00	0,00	0,00	10,00	5,00	10,00	0,0	0,00	18,00	71,00	5,9	-41	
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	28,00	6,00	0,00	10,00	10,00	0,00	74,00	6,2	-38	
Масло сливочное	30	грамм	20,0	15,00	30,00	24,60	36,00	10,30	14,00	5,00	2,90	10,0	15,00	32,00	214,80	17,9	-40	
Масло растительное	15	грамм	10,0	4,0	12,0	9,3	7,8	9,0	8,3	12,5	12,8	2,0	9,8	11,0	108,45	9,0	-40	
Яйцо	40	грамм	0,0	20,00	130,00	2,00	5,64	33,00	0,00	9,64	72,00	16,0	0,00	0,00	288,28	24,0	-40	
Сахар	30	грамм	11,5	25,00	24,00	16,50	15,00	24,00	3,00	25,00	20,00	20,0	15,00	17,60	216,60	18,1	-40	
Кондитерские изделия	10	грамм													0,00	0,0		
Чай	1	грамм	0,0	1,20	0,00	0,00	1,20	1,20	0,00	1,20	0,00	1,2	0,0	1,20	7,20	0,6	-40	
Какао	1	грамм	0,0	0,00	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	2,40	0,00	0,00	0,0	2,40	7,20	0,6	-40	
Кофейный напиток	2	грамм	5,0	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,0	0,00	15,00	1,3	-38	
Дрожжи	0,2	грамм	0,0	0,00	0,00	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	1,45	0,1	-40	
Крахмал	3	грамм	0,0	0,00	0,00	10,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	10,80	21,80	1,8	-40	
Соль	3	грамм	2,0	2,0	2,0	2,00	2,00	2,00	1,50	2,00	1,50	2,0	1,5	1,5	22,00	1,8	-38	
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-40	

Ведомость контроля за рационом питания
по расходу продуктов питания

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на сентябрь 2022- апрель 2023

Наименование	среднесуточные нормы пищевой продукции для организации питания детей с 12 лет (в нетто г. на 1 ребенка в сутки)	Ед. измерения	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ												Итого	Средняя за день (в г)	Отклонение от нормы (г.) в %	
			1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день				
Выход - вес порций																	12	
Хлеб ржаной	120	грамм	80,0	40,0	60,0	70,0	60,0	80,0	80,0	80,0	80,0	40,0	80,0	80,0	830,00	69,2	-42	
Хлеб пшеничный	200	грамм	151,80	80,00	146,00	80,00	139,70	118,00	103,50	169,70	103,50	56,90	80,00	160,90	1 390,00	115,8	-42	
Мука пшеничная	20	грамм	0,00	20,00	5,00	50,20	3,60	18,00	4,00	11,00	2,00	24,00	3,00	3,60	144,40	12,0	-40	
Крупа, бобовые	50	грамм	70,00	0,00	26,40	38,50	60,00	0,00	35,00	30,00	0,00	0,00	50,00	50,00	359,90	30,0	-40	
Макаронные изделия	20	грамм	55,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	55,00	0,00	0,00	150,00	12,5	-38	
Картофель	187	грамм	34,00	181,00	77,00	154,00	0,00	352,00	64,00	181,12	164,00	26,00	17,00	96,00	1 346,12	112,2	-40	
Овощи свежие, зелень	320	грамм	130,00	180,00	190,00	200,00	330,00	100,00	150,00	150,00	170,00	100,00	200,00	350,00	2 250,00	187,5	-41	
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	219,60	150,00	60,00	0,00	80,00	60,00	150,00	60,00	60,00	150,00	272,70	0,00	1 262,30	105,2	-43	
Фрукты (плоды) сухие, в т. ч. шиповник	20	грамм	30,00	10,00	0,00	20,00	15,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	30,00	145,00	12,1	-40	
Соки плодовоочные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	грамм	200	0,00	0,00	200	200	0	200	0	200	200	0	200	1 400,00	116,7	-42	
Мясо жилованное	78	грамм	85,1	0,00	0,00	68,00	92,00	82,00	92,00	0,00	40,20	0,0	0,00	85,10	544,40	45,4	-42	
Субпродукты	40	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	150,00	0,00	150,00	12,5	-89	
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кат)	53	грамм	0,00	110,00	0,00	0,00	44,00	0,00	0,00	110,00	120,00	0,00	0,00	0,00	384,00	32,0	-40	
Рыба - филе	77	грамм	0,00	0,00	180,00	55,00	0,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	55,00	470,00	39,2	-49	
Молоко	350	грамм	250,0	90,0	250,0	232,0	250,0	60,0	225,0	200,0	180,0	80,0	250,0	150,0	2 217,00	184,8	-47	
Творог	60	грамм	0,0	135,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	150,00	0,00	145,4	0,00	0,00	430,40	35,9	-40	
Сыр	15	грамм	0,0	0,00	10,00	15,00	11,00	0,00	10,00	8,00	26,60	0,0	0,00	26,60	107,20	8,9	-40	
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	25,00	6,60	0,00	10,00	10,00	0,00	71,60	6,0	-40	
Масло сливочное	35	грамм	26,0	26,00	39,00	30,00	32,50	10,00	15,00	6,00	2,90	11,0	26,00	27,00	251,40	21,0	-40	
Масло растительное	18	грамм	13,5	5,0	15,5	10,3	8,6	10,6	8,5	13,5	13,3	2,5	10,5	12,1	124,92	10,4	-42	
Яйцо	40	грамм	0,0	20,00	120,00	2,40	6,28	34,00	0,00	10,64	72,00	19,2	0,00	0,00	284,52	23,7	-41	
Сахар	35	грамм	15,0	20,00	15,00	18,00	20,00	30,00	2,00	36,00	30,00	25,0	25,50	15,00	251,50	21,0	-40	
Кондитерские изделия	15	грамм													0,00	0,0	-100	
Чай	2	грамм	0,0	2,40	0,00	0,00	2,40	2,40	0,00	2,40	0,00	2,4	0,0	2,40	14,40	1,2	-40	
Какао	1,2	грамм	0,0	0,00	6,70	0,00	0,00	0,00	6,70	0,00	0,00	0,0	6,70	0,00	20,10	1,7	-40	
Кофейный напиток	2	грамм	4,8	0,00	0,00	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,0	0,00	0,00	14,40	1,2	-40	
Дрожжи	0,3	грамм	0,0	0,00	0,00	2,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,15	0,2	-40	
Крахмал	4	грамм	0,0	0,00	0,00	14,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	14,40	28,80	2,4	-40	
Соль	5	грамм	4,0	3,0	4,0	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,0	3,0	3,0	36,00	3,0	-40	
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,20	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-40	

При составлении примерного двухнедельного меню завтраков и обедов использовалась следующая литература:

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.

2. Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления./ Автор – составитель: Д.В. Гращенко, О.В. Чугунова – Министерство агропромышленного комплекса и продовольствия Свердловской области УрГЭУ Екатеринбург 2015 г. (СТН)

3. Единый сбоник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений/ Составители профессор Перевалов А.Я., профессор Т апешкина Н.В. - Издание 4-е, дополненное и исправленное г. Пермь 2021г (ЕСТН)

4. Официальное справочно - информационное методическое издание Министерства общего и профессионального образования Свердловской области. Вестник регионального образования / Под редакцией Н.И. Казакова, Е.Л. Первозкина, Л.И. Ситник, Е.Г. Темко - Министерство общего и профессионального образования Свердловской области, 2006г, ГОУ "Центр " Учебная книга", 2006год (ВРО)

5. СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ / Издание 2-е, исправленное и дополненное / Под редакцией Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельяна (СРБКИ-22)/Москва 2022г

6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"

7. Региональный стандарт оказания услуг по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, расположенных на территории Свердловской области. Методические рекомендации. Екатеринбург 2021.

8. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 – 236 с.

9. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ . РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20