

Утверждено:

Директор МБОУ «Межводненская
средняя школа им. Гайдукова А.Н.»

Елена Е. Е.А.Черкашина

12.01.2026г

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
В МБОУ "МЕЖВОДНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМ. ГАЙДУКОВА А.Н."
для возрастной категории детей 12-18 лет
льготная категория (Завтраки и обеды)

2026 г

Пояснительная записка

При составлении примерного перспективного 10-дневного меню для детей 12-18 лет (завтраки, обеды) учитывались нормативы и требования СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (утверждены постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года №32), Методические рекомендации МР 2.4.0179-20 «Организация питания обучающихся в общеобразовательных организациях».

При составлении меню учтены нормы физиологической потребности обучающихся в образовательных учреждениях в энергии и пищевых веществах для детей 12-18 лет, которые составляют:

Энергетическая ценность составляет в среднем 1581,04 ккал при норме 1360,00-1632,00 ккал.

Белки в среднем составляют 54,24 при норме 45,00-54,00.

Жиры в среднем составляют 52,06 при норме 46,00-55,2.

Углеводы в среднем составляют 214,64 при норме 191,50-229,8.

Витамин С в среднем составляет 35,00 при норме 35,00.

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи обучающихся в образовательных учреждениях – 50-60%.

На каждое блюдо имеется технологическая карта, с указанием рецептуры и технологии приготовления пищи. Наименование блюд кулинарных изделий, указанных в примерном меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических картах.

При составлении меню использовался «Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.- М.Дели плюс, 2017

Составил : технолог по организации рационального питания в ДОУ, школах, интернатах Кривич Е.В.

Договор № 60 от 01.12.2026г

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Возрастная категория:

Ст.школьники (12+) (завтраки + обеды)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 1 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша жидккая молочная из гречневой крупы (с маслом) | 250 | 10,33 | 14,75 | 51,33 | 380,68 | 183 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Сыр (порциями) | 30 | 6,96 | 8,84 | 0,00 | 109,2 | 15 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,48 | 3,56 | 12,70 | 96,42 | 462 |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 749 | 26,39 | 31,08 | 117,66 | 851,8 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,87 | 5,55 | 19,28 | 150,87 | 102 |
| | Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант) | 30 | 3,73 | 0,47 | 22,82 | 110,46 | 115 |
| | Сердце в соусе | 100 | 18,00 | 5,50 | 5,70 | 145 | 361 |
| | Пюре картофельное | 180 | 3,94 | 5,17 | 26,46 | 168,62 | 312 |
| | Салат из свеклы отварной | 100 | 1,42 | 5,08 | 8,37 | 84,85 | 52 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 20,10 | 84 | 495 |
| | Плоды или ягоды свежие (в ассортименте) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 996 | 36,34 | 22,7 | 124,55 | 853,44 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1745 | 62,73 | 53,78 | 242,21 | 1705,24 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Тефтели из говядины с рисом ("ежики") | 160 | 12,96 | 15,60 | 18,37 | 266,9 | 395 |
| | Овощи натуральные свежие/соленые | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 71/70 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,80 | 2,50 | 13,60 | 88 | 465 |
| | Плоды или ягоды свежие (в ассортименте) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 589 | 21,62 | 22,39 | 71,48 | 570,6 | |
| ОБЕД | Суп крестьянский с крупой (пшеничной) | 250 | 6,32 | 5,50 | 14,15 | 132,15 | 98 |
| | Омлет с сыром | 180 | 23,15 | 26,98 | 3,04 | 349,54 | 211 |
| | Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100 | 1,80 | 6,20 | 8,90 | 99 | 71 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 128,16 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,00 | 7,78 | 30,56 | 457 |
| | Кондитерское изделие (в ассортименте) | 30 | 1,25 | 1,94 | 42,32 | 124,5 | 582 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1056 | 45,56 | 46,65 | 125,19 | 1027,55 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1645 | 67,18 | 69,04 | 196,67 | 1598,15 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Рыба, тушенная в томате с овощами | 100 | 9,69 | 9,28 | 16,74 | 189,21 | 299 |
| | Картофель отварной | 130 | 2,48 | 3,74 | 19,94 | 123,37 | 310 |
| | Салат из белокочанной капусты (до 01.03)/ капуста тушеная (с 01.03) | 60 | 0,78 | 1,94 | 3,76 | 35,76 | 45/380 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Компот из свежезамороженных ягод | 200 | 0,20 | 0,08 | 18,53 | 69,44 | 123 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 549 | 17,16 | 18,71 | 81,57 | 551,92 | |
| ОБЕД | Рассольник ленинградский | 250 | 2,28 | 5,38 | 16,92 | 125,97 | 96 |
| | Гуляш из отварной говядины | 100 | 12,20 | 9,81 | 3,95 | 153,32 | 246 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 180 | 6,79 | 4,93 | 41,44 | 237,08 | 203 |
| | Овощи отварные | 100 | 1,40 | 3,80 | 3,70 | 55,55 | 427 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 128,16 | |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,00 | 0,00 | 25,20 | 100,8 | 389 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 926 | 29,79 | 24,95 | 132,21 | 863,52 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1475 | 46,95 | 43,66 | 213,78 | 1415,44 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным) | 200 | 20,88 | 12,26 | 26,32 | 451,42 | 222 |
| | Салат из моркови с яблоками (до 01.03)/морковь, тушенная с яблоками (с 01.03) | 60 | 0,48 | 2,10 | 4,99 | 40 | 49/345 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Кисломолочный напиток (в ассортименте) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 101 | 470 |
| | Плоды или ягоды свежие (в ассортименте) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 629 | 32,36 | 23,53 | 76,54 | 794,92 | |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 2,68 | 13,15 | 84,8 | 82 |
| | Плов из говядины | 200 | 12,72 | 14,52 | 34,84 | 344,88 | 244 |
| | Овощи натуральные свежие/соленые | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 71/70 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 128,16 | |
| | Кондитерское изделие (в ассортименте) | 45 | 2,16 | 1,26 | 34,96 | 151,11 | 608 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,18 | 0,00 | 8,00 | 33 | 459 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 851 | 24,6 | 19,55 | 133,09 | 811,79 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1480 | 56,96 | 43,08 | 209,63 | 1606,71 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Котлеты рубленые из птицы | 100 | 7,12 | 7,90 | 18,83 | 241,35 | 294 |
| | Каша вязкая | 160 | 4,87 | 5,34 | 21,88 | 155,2 | 303 |
| | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,8 | 150 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,07 | 53,4 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,48 | 3,56 | 12,70 | 96,42 | 462 |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,00 | 0,00 | 25,20 | 100,8 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 774 | 20,23 | 25,76 | 103,41 | 788,03 | |
| ОБЕД | Суп из овощей | 250 | 3,35 | 2,85 | 14,60 | 96,9 | 99 |
| | Рыба в яйце жареная | 100 | 20,37 | 14,44 | 6,91 | 239,51 | 518 |
| | Пюре картофельное | 180 | 3,94 | 5,17 | 26,46 | 168,62 | 312 |
| | Салат из свеклы отварной | 100 | 1,42 | 5,08 | 8,37 | 84,85 | 52 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | |
| | Пицца "Детская" | 100 | 13,90 | 10,60 | 26,40 | 260 | 465 |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,00 | 0,00 | 25,20 | 100,8 | 389 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1011 | 48,92 | 39,02 | 141,69 | 1109,44 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1785 | 69,15 | 64,78 | 245,1 | 1897,47 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 6 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом) | 250 | 7,41 | 11,50 | 38,98 | 288,75 | 181 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Сыр (порциями) | 30 | 6,96 | 8,84 | 0,00 | 109,2 | 15 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,18 | 0,00 | 8,00 | 33 | 459 |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 749 | 20,17 | 24,27 | 100,61 | 696,45 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с крупой (рисовой) | 250 | 5,98 | 5,38 | 17,95 | 144,7 | 101 |
| | Котлеты, биточки, шницели | 100 | 11,53 | 10,54 | 9,02 | 173,85 | 268 |
| | Капуста тушеная | 180 | 3,60 | 6,12 | 13,68 | 124,2 | 380 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | |
| | Кисель из сока плодового или ягодного натурального | 200 | 0,26 | 0,04 | 29,00 | 114,86 | 358 |
| | Кондитерское изделие (в ассортименте) | 45 | 2,16 | 1,26 | 34,96 | 151,11 | 608 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1056 | 35,27 | 29,22 | 146,36 | 968,48 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1805 | 55,44 | 53,49 | 246,97 | 1664,93 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 7 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Котлеты, биточки, шницели | 100 | 11,53 | 10,54 | 9,02 | 173,85 | 268 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 150 | 5,66 | 4,12 | 34,53 | 197,57 | 203 |
| | Овощи натуральные свежие/соленые | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 71/70 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,56 | 1,60 | 10,14 | 60,56 | 460 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 579 | 24,21 | 20,15 | 83,4 | 600,68 | |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 2,00 | 2,68 | 13,15 | 84,8 | 82 |
| | Рыба жареная | 100 | 16,62 | 2,88 | 3,50 | 106,24 | 5\7 |
| | Винегрет овощной | 180 | 2,20 | 9,29 | 12,91 | 145,75 | 67 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 128,16 | |
| | Ватрушки (из дрожжевого теста) | 70 | 8,97 | 4,73 | 30,02 | 197,68 | 410 |
| | Компот из свежезамороженных ягод | 200 | 0,20 | 0,08 | 18,53 | 69,44 | 123 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 896 | 37,11 | 20,69 | 119,11 | 794,71 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1475 | 61,32 | 40,84 | 202,51 | 1395,39 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Рыба припущеная | 100 | 23,50 | 7,00 | 0,50 | 158,75 | 371 |
| | Пюре картофельное | 130 | 2,85 | 3,73 | 19,11 | 121,78 | 312 |
| | Овощи натуральные свежие/соленые | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 71/70 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,18 | 0,00 | 8,00 | 33 | 459 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 559 | 31,75 | 14,56 | 56,18 | 476,23 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с крупой (гречневой) | 250 | 6,95 | 5,62 | 21,25 | 163,88 | 101 |
| | Запеканка из творога (с молоком сгущенным) | 200 | 22,52 | 23,58 | 24,96 | 438,2 | 223 |
| | Салат из моркови с яблоками (до 01.03)/ морковь, тушенная с яблоками (с 01.03) | 100 | 0,80 | 3,50 | 8,32 | 66,67 | 49/345 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,8 | |
| | Чай с молоком | 200 | 1,56 | 1,60 | 10,14 | 60,56 | 460 |
| | Кисломолочный напиток (в ассортименте) | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 101 | 470 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 1036 | 43,96 | 40,23 | 108,84 | 999,75 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1595 | 75,71 | 54,79 | 165,02 | 1475,98 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-----------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 9 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Омлет натуральный | 150 | 14,33 | 16,32 | 2,63 | 215 | 210 |
| | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 70,8 | 150 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Сыр (порциями) | 30 | 6,96 | 8,84 | 0,00 | 109,2 | 15 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,18 | 0,00 | 8,00 | 33 | 459 |
| | Плоды или ягоды свежие (в ассортименте) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | | 609 | 27,81 | 34,67 | 52,48 | 630,5 |
| ОБЕД | Борщ с картофелем (свекольник) | 250 | 2,22 | 2,78 | 17,10 | 102,3 | 83 |
| | Плов из курицы | 200 | 18,60 | 22,10 | 39,30 | 433 | 492 |
| | Салат из белокочанной капусты (до 01.03)/ капуста тушеная (с 01.03) | 100 | 1,57 | 3,10 | 4,53 | 53,17 | 45/139 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 3,56 | 0,45 | 21,73 | 96,12 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 20,10 | 84 | 495 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | | 831 | 28,93 | 28,96 | 114,78 | 831,23 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | | 1440 | 56,74 | 63,63 | 167,26 | 1461,73 |

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------------------|--|--------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 10 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Жаркое из сердца | 250 | 19,25 | 3,25 | 18,13 | 180 | 362 |
| | Салат из свеклы отварной | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,02 | 50,91 | 52 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 24 | 1,58 | 0,29 | 8,02 | 41,76 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,3 | 14 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,60 | 0,10 | 20,10 | 84 | 495 |
| | Кондитерское изделие (в ассортименте) | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 207,5 | 582 |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 829 | 30,07 | 15,23 | 134,08 | 787,91 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,70 | 2,85 | 18,83 | 111,25 | 152 |
| | Котлеты рубленые из птицы | 100 | 7,12 | 7,90 | 18,83 | 241,35 | 294 |
| | Рагу из овощей | 180 | 3,58 | 6,10 | 18,16 | 143,75 | 143 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,38 | 0,43 | 12,02 | 62,64 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 85,44 | |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 0,82 | 0,16 | 26,20 | 110 | 389 |
| | Плоды или ягоды свежие (в ассортименте) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | 338 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 906 | 20,16 | 18,24 | 123,16 | 801,43 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1735 | 50,23 | 33,47 | 257,24 | 1589,34 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 16180 | 602,41 | 520,56 | 2146,39 | 15810,38 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 1618 | 60,241 | 52,056 | 214,639 | 1581,038 | |

ЗАВТРАКИ+ОБЕДЫ (12-18) (50-60%) Накопительная ведомость натуральных норм

| Группа: 12-18 - Нетто | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|---|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|------------|----------|
| № | Название | Форма/денн. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Норма | Фактически | Процент |
| 1 | Дрожжи хлебопекарные | 0.15 | | | | | 0,3 | | 0,22 | | | | 1,50 | 0,52 | 34.67% |
| | Дрожжи сухие. Хлебопекарные, в/с . | | | | | | 0,3 | | 0,22 | | | | | 0,52 | |
| 2 | Какао-порошок | 0.6 | | | | | 2,50 | | | | | | 6,00 | 2,50 | 41.67% |
| | Какао-порошок . | | | | | | 2,50 | | | | | | | 2,50 | |
| 3 | Картофель | 112.2 | 210,00 | 50,00 | 147,00 | 20,00 | 170,00 | 60,00 | 60,00 | 170,00 | 20,00 | 201,00 | 1122,0 | 1 108,00 | 99.75% |
| | Картофель свежий . | | 210,00 | 50,00 | 147,00 | 20,00 | 170,00 | 60,00 | 60,00 | 170,00 | 20,00 | 201,00 | | 1 108,00 | |
| 4 | Кисломолочные продукты | 90.0 | | 200,00 | | 200,00 | | | 200,00 | 200,00 | | | 900,00 | 800,00 | 100.89% |
| | Йогурт питьевой . | | | 200,00 | | | | | 200,00 | 200,00 | | | | 600,00 | |
| | Простокваша 2.5% . | | | | | 200,00 | | | | | | | | 200,00 | |
| 5 | Кондитерские изделия | 7.5 | | | | 45,00 | | | | | | | 30,00 | 75,00 | 75,00 |
| | Пряник . | | | | | 45,00 | | | | | | | | 45,00 | |
| | Печенье гр | | | | | | | | | | | | 30,00 | | 30,00 |
| 6 | Кофейный напиток | 1.0 | | 2,50 | | | | | 2,50 | | | | 10,00 | 5,00 | 50.00% |
| | Кофейный напиток (сухой) . | | | 2,50 | | | | | 2,50 | | | | | 5,00 | |
| 7 | Крупы (злаки), бобовые | 25.0 | 52,00 | 22,00 | 5,00 | 55,00 | 67,00 | 5,00 | | 5,00 | 39,00 | | 250,00 | 250,00 | 100.00% |
| | Горох сушеный крупа . | | | 20,00 | | | | | | | | | | 20,00 | |
| | Пшено крупа . | | | | 10,00 | | | | | | | | | 10,00 | |
| | Рис крупа . | | | | 12,00 | 5,00 | 55,00 | | 5,00 | | | | | 116,00 | |
| | Гречка крупа . | | | 32,00 | | | 67,00 | | | 5,00 | | | | 104,00 | |
| 8 | Макаронные изделия | 10.0 | | | 59,00 | | | | 40,00 | | | | 100,00 | 99,00 | 99.00% |
| | Макаронные изделия . | | | | 59,00 | | | | 40,00 | | | | | 99,00 | |
| 9 | Масло растительное | 9.0 | 9,00 | 9,00 | 18,00 | 9,00 | 8,00 | | 14,00 | | 7,00 | 15,00 | 90,00 | 89,00 | 98.89% |
| | Масло подсолнечное рафинированное . | | | 9,00 | 9,00 | 18,00 | 9,00 | 8,00 | | 14,00 | | 7,00 | 15,00 | 89,00 | |
| 10 | Масло сливочное | 17.5 | 20,00 | 15,00 | 16,00 | 8,00 | 26,00 | 25,00 | 16,00 | 18,00 | 13,00 | 19,00 | 175,00 | 176,00 | 100.57% |
| | Масло сливочное 72,5% жирности . | | | 20,00 | 15,00 | 16,00 | 8,00 | 26,00 | 25,00 | 16,00 | 18,00 | 13,00 | 19,00 | | 176,00 |
| 11 | Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%) | 175.0 | 180,00 | 169,00 | 20,00 | | 176,00 | 172,00 | 81,00 | 166,00 | 43,00 | 56,00 | 1 750,00 | 1 063,00 | 60.74% |
| | Молоко питьевое ультрапастеризованное 2,5%, коровье . | | | 180,00 | 169,00 | 20,00 | | 176,00 | 172,00 | 81,00 | 166,00 | 43,00 | 56,00 | | 1 063,00 |
| | Молоко пастеризованное 2,5 %, коровье . | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | Мука пшеничная | 10.0 | | 12,00 | 7,00 | | | 1,00 | 32,00 | 4,00 | 5,00 | 39,00 | 100,00 | 100,00 | 100.00% |
| | Мука пшеничная высший сорт . | | | | 12,00 | 7,00 | | | 1,00 | 32,00 | 4,00 | 5,00 | 39,00 | | 100,00 |
| 13 | Мясо говядина(бескостное) | 41.34 | | 74,00 | 81,00 | 78,00 | | 75,00 | 103,00 | | | | 413,40 | 411,0 | 99.62% |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|----------|-----------------|---------|
| | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 100.0 | 111,00 | 100,00 | 104,00 | 100,00 | 102,00 | 102,00 | 100,00 | 90,00 | 99,00 | 96,00 | 1 000,00 | 1 004,00 | 100.40% |
| 26 | Хлеб пшеничный, мука в/с . | | 111,00 | 100,00 | 104,00 | 100,00 | 102,00 | 102,00 | 100,00 | 90,00 | 99,00 | 96,00 | | 1 004,00 | |
| 27 | Хлеб ржаной | 60.0 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 600,00 | 600,00 | 100.00% |
| | Хлеб ржаной гр | | 60,00 | 60,00 | 60,00 | 60,00 | | 600,00 | |
| 28 | Чай | 1.0 | 0,60 | 0,50 | | 0,50 | | 0,60 | 0,60 | 0,50 | 0,60 | | 10,00 | 3,90 | 39.00% |
| | Чай черный байховый . | | 0,60 | 0,50 | | 0,50 | | 0,60 | 0,60 | 0,50 | 0,60 | | | 3,90 | |
| 29 | Яйцо куриное столовое | 22.8 | | 120,00 | | 7,00 | 5,00 | | 13,00 | 4,00 | 62,00 | 20,00 | 228,00 | 231,00 | 101.32% |
| | Яйцо куриное вес | | | 120,00 | | 7,00 | 5,00 | | 13,00 | 4,00 | 62,00 | 20,00 | | 231,00 | |