

День: 1. Понедельник**Неделя: первая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
120	Суп молочный с макаронными издел.	200	4,4	3,8	14,4	120,0	26,4	0,1	0,7	130,4	109,5
386	Кисломолочный напиток	200	5,8	5,0	8,0	100,0	40,0	0,1	1,4	240,0	180,0
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
338	Фрукты	130	0,5	0,5	12,7	61,1	0,0	0,0	13,0	20,8	14,3
	ИТОГО	560	13,9	10,7	48,2	363,3	66,4	0,3	15,1	428,7	342,5
Обед											
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,1	3,1	6,7	54,1	0,0	0,0	10,1	20,1	17,6
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,0	6,3	71,8	0,0	0,0	12,6	39,4	39,2
171	Каша гречневая	150	6,8	8,0	40,1	260,0	0,1	0,1	0,0	36,1	36,7
229	Рыба тушеная с овощами	100	9,8	5,0	3,8	105,0	5,8	0,1	3,7	39,1	162,2
378	Чай с сахаром	200	1,5	1,4	15,9	210,0	10,0	0,0	1,3	126,6	92,8
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
	ИТОГО	770	25,4	23,7	98,6	860,8	15,9	0,5	28,0	320,7	424,7
	ИТОГО за день	1330	35,6	30,9	164,0	1123,8	72,2	0,7	37,6	608,8	723,2

День:2 Вторник**Неделя: первая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
291	Плов из птицы	250	22,5	11,2	45,6	373,3	35,0	0,2	8,2	45,1	236,7
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,1	3,1	6,7	54,1	0,0	0,0	10,1	20,1	17,6
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0
	Хлеб пшеничный	40	4,3	1,8	17,4	109,6	0,0	0,2	0,1	50,0	51,6
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
п/п	Кисель п/п	200	0,3	0,0	39,4	160,0	0,0	0,0	2,4	22,5	18,5
	итого	590	29,5	24,3	82,6	680,7	75,0	0,5	18,5	139,5	346,4
Обед											
55	Салат из свеклы с сол. огурцом и зелен.горош	60	0,9	3,6	3,8	51,0	0,0	0,0	3,6	18,4	23,7
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	1,6	4,1	9,6	85,8	0,0	0,1	6,7	23,3	45,4
143	Рагу из овощей	160	2,7	17,6	13,1	216,4	70,1	0,1	19,1	56,6	68,6
295	Котлета (филе курицы)	100	15,3	29,4	15,4	388,0	91,4	0,1	1,0	55,5	93,5
342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	114,6	0,0	0,0	1,1	14,2	4,4
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
	итого	780	26,4	57,2	95,6	1015,7	161,5	0,6	31,7	227,5	311,8
	ИТОГО за день	1370	55,9	81,5	178,1	1696,4	236,5	1,0	50,2	367,0	658,2

День: 3Среда**Неделя: первая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецепт уры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
223	Запеканка из творога сосметанным соусом (100/20)	120	25,9	17,6	39,5	417,6	107,6	0,1	1,2	226,6	313,9
209	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	100,0	0,0	0,0	22,0	76,8
386	Кисломолочный напиток	200	5,8	5,0	8,0	100,0	40,0	0,1	1,4	240,0	180,0
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0
389	Сок	200	0,8	0,8	19,6	94,0	0,0	0,1	20,0	32,0	22,0
	ИТОГО	635	42,5	30,0	88,9	808,6	247,6	0,5	22,7	572,7	656,4
Обед											
67	Винегрет	60	0,8	6,0	4,4	75,1	0,0	0,0	5,8	18,7	26,0
82	Борщ с картофелем и сметаной	200	1,4	3,9	8,7	83,0	0,0	0,0	8,5	39,8	43,7
291	Плов из птицы	250	22,5	11,2	45,6	373,3	35,0	0,2	8,2	45,1	236,7
349	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	132,8	0,0	0,0	1,1	32,5	23,4
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0
	ИТОГО	870	31,6	24,0	126,3	871,1	35,0	0,5	33,8	211,5	417,0
	ИТОГО за день	1505	74,1	54,0	215,2	1679,7	282,6	1,0	56,5	784,2	1073,4

День: 4. Четверг**Неделя: первая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
304	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,7	209,7	0,0	0,0	0,0	1,4	60,9
234	Котлета рыбная	100	13,0	15,5	16,0	256,0	49,4	0,1	0,7	74,3	188,5
382	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	24,4	0,1	1,6	152,2	124,6
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0
	итого	610	26,1	34,0	101,7	831,3	113,8	0,4	12,4	298,4	451,7
Обед											
62	Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,9	49,0	0,0	0,0	2,0	15,5	31,7
101	Суп картофельный с рисом	200	1,6	2,2	9,7	68,6	0,0	0,1	6,6	21,4	44,8
309	Макароны отварные	150	5,5	4,5	26,4	168,5	0,0	0,1	0,0	4,9	37,2
278	Тефтели (говядина)со сметанно-томатным соусом	100	7,1	8,0	9,3	137,3	30,8	0,1	0,7	25,4	80,3
378	Чай с сахаром	200	1,5	1,4	15,9	81,0	10,0	0,0	1,3	126,6	92,8
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
	итого	770	22,2	18,4	94,0	664,2	40,8	0,5	10,8	253,1	363,0
	ИТОГО за день	1380	48,3	52,4	195,8	1495,5	154,6	0,9	23,2	551,5	814,6

День: 6. Понедельник**Неделя: вторая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
204	Макароны отварные с сыром	160	10,8	12,8	27,3	179,7	92,2	0,1	0,2	236,2	161,6
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100,6	20,0	0,0	1,3	125,8	90,0
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0
389	Сок	200	1,0	0,0	20,2	84,8	0,0	0,0	4,0	14,0	14,0
	ИТОГО	620	20,0	24,7	85,1	565,1	152,2	0,3	5,6	430,4	332,3
Обед											
62	Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,9	49,0	0,0	0,0	2,0	15,5	31,7
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	1,6	4,1	9,6	85,8	0,0	0,1	6,7	23,3	45,4
171	Каша гречневая	150	6,8	8,0	40,1	260,0	0,1	0,1	0,0	36,1	36,7
278	Бефстроганов (говядина)	100	7,1	8,0	9,3	137,3	30,8	0,1	0,7	25,4	80,3
342	Компот из св. яблок	200	0,2	0,2	27,9	114,6	0,0	0,0	1,1	14,2	4,4
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
	ИТОГО	770	22,2	22,6	119,5	806,6	30,9	0,6	10,6	173,9	274,6
	ИТОГО за день	1390	42,2	47,3	204,6	1371,7	183,1	0,9	16,3	604,3	606,9

День: 7. Вторник**Неделя: вторая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,0	0,1	18,2	37,0	86,6
278	Тефтели (говядина)со сметанно-томатным соусом	100	7,1	8,0	9,3	137,3	30,8	0,1	0,7	25,4	80,3
382	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	118,6	24,4	0,1	1,6	152,2	124,6
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,0	40,0	0,0	0,0	2,4	3,0
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0
	ИТОГО	610	19,6	26,0	78,8	640,1	95,2	0,5	30,5	285,1	369,2
Обед											
55	Салат из свеклы с яблоком	60	0,7	3,6	6,7	62,3	0,0	0,0	3,9	17,6	191,0
102	Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,2	13,2	118,6	0,0	0,2	4,7	34,1	70,5
289	Рагу из птицы	250	18,3	15,2	21,7	297,2	30,0	0,1	16,7	40,9	197,3
349	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,1	32,0	132,8	0,0	0,0	1,1	32,5	23,4
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
	ИТОГО	770	29,8	25,5	99,5	770,8	30,0	0,6	26,6	184,5	558,4
	ИТОГО за день	1380	49,5	47,9	178,5	1397,6	125,2	1,1	55,2	467,4	768,3

День: 8. Среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р
Завтрак											
171	Каша гречневая	150	6,84	8,01	40,06	260	0,06	0,13	0	36,09	36,66
234	Котлета рыбная	100	13,0	15,5	16,0	256,0	49,4	0,1	0,7	74,3	188,5
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100,6	20,0	0,0	1,3	125,8	90,0
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0
	ИТОГО	600	28,3	28,6	103,3	797,6	69,5	0,5	12,1	304,3	389,8
Обед											
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	0,1	3,1	6,7	54,1	0,0	0,0	10,1	20,1	17,6
82	Борщ с картофелем и сметаной	200	1,4	3,9	8,7	83,0	0,0	0,0	8,5	39,8	43,7
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3	0,0	0,1	18,2	37,0	86,6
245	Бефстроганов (говяд)	100	7,1	8,0	9,3	137,3	30,8	0,1	0,7	25,4	80,3
п/п	Кисель	200	0,3	0,0	39,4	160,0	0,0	0,0	2,4	22,5	18,5
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5
	ИТОГО	770	17,8	22,1	110,4	731,5	30,8	0,5	40,1	204,1	322,9
	ИТОГО за день	1370	47,0	51,5	215,4	1547,1	104,7	1,0	52,5	534,8	747,3

День: 9. Четверг**Неделя: вторая****Возрастная категория: 7-11 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	
Завтрак												
289	Рагу из курицы	200	3,4	22,0	16,4	270,5	87,6	0,1	23,8	70,8	85,7	
386	Кисломолочный напиток	200	5,8	5,0	8,0	100,0	40,0	0,1	1,4	240,0	180,0	
	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	
	Хлеб ржаной	20	1,7	0,7	8,5	51,8	0,0	0,1	0,1	14,6	25,0	
338	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	0,0	10,0	16,0	11,0	
	итого	550	14,5	29,4	55,7	551,5	127,6	0,4	35,4	378,9	340,4	
Обед												
67	Винегрет	60	0,8	6,0	4,4	75,1	0,0	0,0	5,8	18,7	26,0	
104	Суп картофельный с фрикадельками	200	2,1	2,6	15,2	103,0	0,0	0,1	11,0	29,5	72,1	
309	Макароны отварные	150	5,5	4,5	26,4	168,5	0,0	0,1	0,0	4,9	37,2	
295	Котлета (филе курицы)	100	15,3	29,4	15,4	388,0	91,4	0,1	1,0	55,5	93,5	
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100,6	20,0	0,0	1,3	125,8	90,0	
	Хлеб белый	30	3,2	1,4	13,1	82,2	0,0	0,1	0,1	37,5	38,7	
	Хлеб ржаной	30	2,6	1,0	12,8	77,7	0,0	0,1	0,1	21,9	37,5	
209	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	103,6	100,0	0,0	0,0	22,0	76,8	
	итого	810	37,8	52,2	103,5	1098,6	211,4	0,6	19,3	315,8	471,8	
	ИТОГО за день	1360	52,3	81,5	159,2	1650,1	339,0	1,1	54,7	694,7	812,2	

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ "Новоивановская средняя школа им. Масько П.

_____ А.А. Старикова

" ____ " _____ 2025г.

**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В
МУНИЦИПАЛЬНЫХ БЮДЖЕТНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
ЧЕРНОМОРСКОГО РАЙОНА МБОУ "Новоивановская средняя школа им. Масько П.Н."**

(Возрастная категория детей (льгота) от 7 до 11 лет)

ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД

сства (мг)

Fe
0,5
0,2
1,1
2,9
4,7
0,6
0,7
2,7
0,9
0,4
1,1
0,8
7,1
9,5

ства (мг)

Fe

2,3
0,6
0,0
1,4
0,8
0,2
5,2
0,6
0,7
0,9
1,4
1,0
1,1
0,8
6,6
11,8

стба (мг)

Fe
1,7
1,0
0,2
1,1
0,6
4,4
8,9
0,5
1,0
2,3
0,7
1,1
0,8
2,2
8,6
17,5

сҮВа (мг)

Fe

0,5

1,5

0,5

0,0

1,1

0,6

2,2

6,4

0,4

0,7

1,1

0,8

0,4

1,1

0,8

5,3

11,7

сгва (мг)

Fe

2,3

0,1

1,1

0,6

0,0

1,4

5,6

0,4

0,7

1,0

1,4

1,0

1,1

0,8

6,3

11,9

сгва (мг)

Fe
1,0
0,1
0,0
1,1
0,6
2,8
5,6
0,4
0,7
2,7
0,8
1,0
1,1
0,8
7,5
13,1

сгва (мг)

Fe

1,0

0,8

0,5

0,0

1,1

0,6

2,2

6,1

0,9

1,6

2,6

0,7

1,1

0,8

7,8

13,4

сгВа (мг)

Fe

2,65

1,5

0,1

1,1

0,6

2,2

8,1

0,6

1,0

1,0

0,8

0,2

1,1

0,8

5,5

14,0

сгВа (мг)

Fe

1,1

0,2

1,1

0,6

2,2

5,2

0,5

1,2

1,1

1,4

0,1

1,1

0,8

1,0

7,2

12,4

сгВа (мг)

Fe

2,3

0,6

0,5

0,0

1,1

0,6

5,1

0,4

0,7

1,0

1,5

1,0

1,1

0,8

6,4

11,5

H."

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг
173	Каша вязкая молочная гречневая	200				
376	Чай с сахаром	200		1		
382	Какао с молоком	200	1			1
379	Напиток кофейный с молоком	200			1	
	Йогурт	150	1			
389	Сок плодовый	200				
349	Компот из сухофруктов	200			1	
342	Компот из свеж яблок	200	1			1
359	Кисель из сока	200		1		
	Хлеб белый	30	2	2	2	2
	Хлеб ржаной	20	2	1	2	2
14	Масло	5				1
14	Масло	10	1	1		
15	Сыр	10				1
208	Яйцо вареное	40				
338	Фрукты	100			1	1
338	Фрукты	150	1	1		
	Кондитерские изделия	50				
71	Огурец свежий	100	1			
71	Помидора свежая	100			1	
45	Салат из белокочанной капусты	100		1		
62	Салат из моркови с сахаром	100				1
87	Щи из свежей капусты	250	1			
81	Борщ	250		1		
104	Суп картофель с фрикадельками	250				
102	Суп картоф с бобовыми	250				
96	Рассольник Ленинградский	250			1	
103	Суп картофель с макаронами	250				1
143	Рагу из овощей	200		1		
304	Рис отварной	200	1			
310	Картофель отварной	200				
312	Картофельное пюре	200				1
218	Вареники ленивые с сахаром	100		1		
289	Рагу из птицы	200	1			
291	Плов из птицы	250				
284	Печень по-строгановски	100				1
284	Печень по-строгановски	150				
263	Рагу из свинины	250				1
229	Рыба тушеная с овощами	140	1			
234	Котлета рыбная	100			1	
210	Омлет натуральный	75		1		
	Молоко сгущеное	40			1	
219	Сырники из творога	150			1	
268	Котлета мясная	100		1		
321	Капуста тушеная	200			1	

278	Тефтели	150				
204	Макароны отварные с сыром	250				
309	Макароны отварные	200				

Пятница	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Кол-во
	1					1
		1			1	3
1			1	1		5
	1	1	1		1	5
1						2
1	1	1		1		4
						1
						2
	1					2
2	2	2	2	2	2	20
2	2	1	2	2	2	18
1			2			4
	1	1	1		1	6
1					1	3
				1		1
			1		1	4
		1				3
			1			1
1		1				3
	1		1		1	4
1			1			3
				1		2
			1			2
1					1	3
				1		1
		1				1
	1					2
						1
					1	2
				1		2
					1	1
1			1			3
		1				2
			1			2
		1				1
						1
					1	1
				1		2
1			1			3
		1				2
						1
						1
1					1	3
	1					2

	1					1
				1		1
1						1

	Молоко и кислом. пр-ты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Яйцо (гр)	Мясо
Каша вязкая молочная гречневая	100						
Чай с сахаром							
Какао с молоком	500,0						
Напиток кофейный с молоком	500,0						
Йогурт	400,0						
Сок плодовый							
Компот из сухофруктов							
Компот из свеж яблок							
Кисель из сока							
Хлеб белый							
Хлеб ржаной							
Масло					20,0		
Масло					60,0		
Сыр				30,0			
Яйцо						40,0	
Фрукты							
Фрукты							
Кондитерские изделия							
Огурец свежий							
Помидора свежая							
Салат из белокочанной капусты							
Салат из моркови с сахаром							
Щи из свежей капусты							
Борщ							
Суп картофель с фрикадельками						3	40
Суп картоф с бобовыми							
Рассольник Ленинградский							
Суп картофель с макаронами							
Рагу из овощей			30				
Рис отварной					18		
Картофель отварной					7		
Картофельное пюре	90				27		
Вареники ленивые с сахаром		155,8				11,4	
Рагу из птицы							
Плов из птицы							
Печень по-строгановски			11,5		1		
Печень по-строгановски			17,3		1,5		
Рагу из свинины							100
Рыба тушеная с овощами							
Котлета рыбная							
Омлет натуральный	42,4				5,8	113,2	
Молоко сгущеное	160						
Сырники из творога		150				6	
Котлета мясная							222
Капуста тушеная					14		

Тефтели			17				52
Макароны отварные с сыром				40	10		
Макароны отварные					7		
ИТОГО за 10 дней	1792,40	305,80	75,80	70,00	171,30	173,60	414,00

Птица	Субпродукты говяжьей	Рыба (филе)	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Сок фруктовый	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Мука пшеничная
								50		
							800,0			
						50,0				
					80,0					
							120,0			
					400,0					
					450,0					
				300						
				400						
				267						
				192						
				185						5
				277,5						
			100	24						
			50	22,5				20		
			150	60				10		
			75	20					10	
			128	240						9
								144		
			200							
			513							
										22
156			182	60						2
113				25				58		
	74			10						3,5
	111			15						5,3
			114	38						3
		173,6		84						
		198								
										21
				482						4

				27						10
									68	
									68	
269,00	185,00	371,60	1512,00	2729,00	930,00	50,00	920,00	282,00	146,00	84,80

Дрожжи	Крахмал	Масло растительное	Чай	Какао-порошок	Кофейный напиток	Сахар	Соль	Хлеб белый	Хлеб ржаной	Кондитерские изделия
						16,0	0,6			
			1,5			45,0				
				20,0		100,0				
					25,0	100,0				
						20,0				
						48,0				
	20,0					40,0				
								600,0		
									360,0	
										50,0
		15				15	4,5			
						10				
		10					2,5			
		15				7,5	3,75			
		3					1			
		5					1,25			
		10					2,5			
		2,5					1,25			
		16					3,2			
							4			
							2			
							6			
						31,4	3,6			
		14					2			
		12					1			
		6					0,5			
		9					0,5			
		11					1			
		14				5,6	2,8			
		30					3	84		
							1,5			
		9				12	0,75			
		18					1,5	84		
						12	4			

		8					1	11		
							3			
0,00	20,00	207,50	1,50	20,00	25,00	462,50	58,70	779,00	360,00	50,00

Ведомость контроля за рационом питания детей в возрасте от 7 до 11 лет

с _____ по _____

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ	Пищевая ценность			Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
	Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Норматив по САНПИН (55%)	42,4	43,5	184,3	1 292,5	385,0	0,7	33,0	605,0	605,0	6,6
Понедельник	35,6	30,9	164,0	1 123,8	72,2	0,7	37,6	608,8	723,2	9,5
Вторник	55,9	81,5	178,1	1 696,4	236,5	1,0	50,2	367,0	658,2	11,8
Среда	74,1	54,0	215,2	1 679,7	282,6	1,0	56,5	784,2	1 073,4	17,5
Четверг	48,3	52,4	195,8	1 495,5	154,6	0,9	23,2	551,5	814,6	11,7
Пятница	49,7	71,3	178,8	1 490,2	246,2	1,1	37,6	566,1	767,3	11,9
Среднее на 1 неделе	52,7	58,0	186,4	1 497,1	198,4	1,0	41,0	575,5	807,3	12,5
Отклонение от норматива	24,4%	33,4%	1,1%	15,8%	-48%	36,9%	24,3%	-4,9%	33,4%	89,3%
Понедельник	42,2	47,3	204,6	1 371,7	183,1	0,9	16,3	604,3	606,9	13,1
Вторник	49,5	47,9	178,5	1 397,6	125,2	1,1	55,2	467,4	768,3	13,4
Среда	47,0	51,5	215,4	1 547,1	104,7	1,0	52,5	534,8	747,3	14,0
Четверг	52,3	81,5	159,2	1 650,1	339,0	1,1	54,7	694,7	812,2	12,4
Пятница	56,5	52,6	189,4	1 485,3	148,8	1,0	42,3	490,3	866,5	11,5
Среднее на 2 неделе	49,5	56,2	189,4	1 490,3	180,2	1,0	44,2	558,3	760,2	12,9
Отклонение от норматива	16,7%	29,1%	2,8%	15,3%	-53%	45,8%	33,9%	-7,7%	25,7%	95,3%
Среднее за 10 дней	51,1	57,1	187,9	1 493,7	189,3	1,0	42,6	566,9	783,8	12,7
Отклонение от нормы за 10 дней	20,5%	31,2%	2,0%	15,6%	-51%	41,4%	29,1%	-6,3%	29,6%	92,3%

п/п	Наименование группы пищевой продукции	Количество потребленной продукции в нетто по дням в граммах на одного человека										Среднее за 10 дней	Норма (нетто, гр). Режим питания 2 разовое
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Молоко	100,0			100,0	229,9	100,0	122,5	129,9	100,0	100,0	98,2	165,0
2	Кисломолочные продукты	200,0		200,0						200,0		60,0	82,5
3	Творог (5%-9% м.д.ж.)			110,5								11,1	27,5
4	Сметана		20,4	25,0	25,0	10,4	15,1	8,0	27,0		10,4	14,1	5,5
5	Сыр						25,0					2,5	5,5
6	Масло сливочное	1,6	10,0	4,5	27,8	31,0	25,0	16,8	17,0	7,0	10,0	15,1	16,5

7	Яйцо (гр)			44,8						40,0		8,5	5,0
8	Мясо 1 кат.(говядина)				52,0		52,0	35,0	52,0	40,0		23,1	38,5
9	Птица	20,0	214,0	140,0	20,0	20,0	20,0	123,0	20,0	100,0	120,0	79,7	30,0
10	Субпродукты говяжьи				74,0	89,0						16,3	16,5
11	Рыба (филе)	86,8							66,0		66,0	21,9	31,9
12	Картофель	30,0	139,0	20,0	75,0	200,6	75,0	292,3	190,6	201,0	139,0	136,3	93,0
13	Овощи	196,0	325,0	192,0	142,8	187,0	113,8	148,8	181,8	129,5	325,4	194,2	154,0
14	Фрукты свежие	155,0	65,0	100,0	100,0	40,0	40,0	125,0	125,0	100,0	40,0	89,0	92,0
15	Сухофрукты			50,0				50,0				10,0	10,0
16	Сок плодоовощной			200,0			200,0					40,0	100,0
17	Крупы, бобовые	72,0	63,4	65,9	157,0	44,0	82,0	23,0	71,0		68,4	64,7	25,0
18	Макаронные изделия	16,0					51,0			67,9		13,5	8,3
19	Мука пшеничная		3,9		8,1	3,9	10,1	7,4	10,1	1,0	3,9	4,8	8,3
20	Кисель		18,0						18,0			3,6	3,0
21	Масло растительное	17,0	37,4	22,4	16,5	12,0	19,0	16,0	28,0	24,5	33,9	22,7	9,0
22	Чай	0,4			0,4							0,1	0,5
23	Какао-порошок				4,0			4,0	4,0		4,0	1,6	1,0
24	Кофейный напиток					5,0	5,0			5,0		1,5	1,1
25	Сахар	19,0	49,0	32,5	35,0	53,0	47,0	43,0	47,5	20,0	44,0	39,0	17,5
26	Соль	5,4	5,0	3,5	6,0	3,8	7,0	5,6	6,3	6,7	4,8	5,4	2,5
27	Хлеб белый	60,0	70,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	60,0	61,0	82,5
28	Хлеб ржаной	30,0	60,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	49,0	44,0
29	Кондитерские изделия					100,0						10,0	7,5

Отклонение от нормы в % (+/-)
-40,5
-27,3
-59,8
157,1
-54,5
-8,7

69,6
-40,0
165,7
-1,2
-31,4
46,5
26,1
-3,3
0,0
-60,0
158,7
63,5
-41,3
20,0
151,9
-84,0
60,0
36,4
122,9
115,9
-26,1
11,4
33,3

**Ведомость контроля за рационом питания детей в возрасте от 7 до 11
с 13.10.2025 по 24.10.2025**

п/п	Наименование группы пищевой продукции	Количество потребленной продукции в нетт				
		1	2	3	4	5
1	Молоко					24,0
2	Кисломолочные продукты					
3	Творог (5%-9% м.д.ж.)					
4	Сметана	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0
5	Сыр					
6	Масло сливочное	8,0			5,0	7,0
7	Яйцо (гр)					
8	Мясо I кат.(говядина)				48,0	
9	Птица	22,0	126,0	197,0	20,0	128,0
10	Рыба (филе)	67,0				
11	Картофель	32,0	145,0	38,0	80,0	203,0
12	Овощи	172,0	223,0	176,0	108,0	117,0
13	Фрукты свежие	21,0	45,0			45,0
14	Сухофрукты			20,0		
15	Сок плодоовощной					
16	Крупы, бобовые	71,0	13,0	58,0	11,0	
17	Макаронные изделия				51,0	
18	Мука пшеничная					
19	Кисель					
20	Масло растительное	12,0	20,0	17,0	7,0	10,0
21	Чай	1,0			1,0	
22	Какао-порошок					
23	Кофейный напиток					
24	Сахар	15,0	24,0	22,0	13,0	24,0
25	Соль	3,0	3,0	3,0	5,0	4,0
26	Хлеб белый	30,0	52,0	30,0	30,0	52,0
27	Хлеб ржаной					
28	Кондитерские изделия					

и.о Директор _____ Старикова А.А

лет (льготная категория)

по дням в граммах на одного человека					Среднее за 10 дней	Норма (нетто, гр). Режим питания 2 разовое	Отклонение от нормы в % (+/-)
6	7	8	9	10			
		24,0	100,0	24,0	17,2	165,0	-89,6
					0,0	82,5	-100,0
					0,0	27,5	-100,0
16,0		16,0			7,2	5,5	30,9
					0,0	5,5	-100,0
8,0		7,0	5,0	7,0	4,7	16,5	-71,5
					0,0	5,0	-100,0
90,0		90,0			22,8	38,5	-40,8
20,0	171,0	20,0	160,0	20,0	88,4	30,0	194,7
				76,0	14,3	31,9	-55,2
80,0	206,0	192,0	123,0	251,0	135,0	93,0	45,2
119,0	130,0	165,0	80,0	30,0	132,0	154,0	-14,3
45,0	21,0	21,0		45,0	24,3	92,0	-73,6
	20,0				4,0	10,0	-60,0
					0,0	100,0	-100,0
75,0	16,0			68,0	31,2	25,0	24,8
			51,0		10,2	8,3	23,6
					0,0	8,3	-100,0
		18,0			1,8	3,0	-40,0
9,0	16,0	12,0	14,0	12,0	12,9	9,0	43,3
					0,2	0,5	-60,0
					0,0	1,0	-100,0
			5,0		0,5	1,1	-54,5
27,0	22,0	8,0	20,0	24,0	19,9	17,5	13,7
4,0	2,0	5,0	5,0	4,0	3,8	2,5	52,0
30,0	30,0	30,0	52,0	52,0	38,8	82,5	-53,0
					0,0	44,0	-100,0
					0,0	7,5	-100,0