

УТВЕРЖДАЮ  
Директор филиала  
ООО "Глобал Фудс"



Д.С. Сафарян

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ



## ОСНОВНОЕ МЕНЮ

2-х недельное для обучающихся 1-4 классов (возрастная категория: 7-11 лет)

Оказание услуг по организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование, получающих основное образование, получающих среднее общее образование, для школ Симферопольского района на 2025-2026 учебный год

- \* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Сборник технических нормативов, под редакцией члена-корреспондента Российской Академии Наук В. Р. Кучмы, Москва 2016 г.
- \* Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Сборник технических нормативов, издательство Москва "Дели плюс" 2017 г (2011 г), рекомендовано НИИ питания РАМН, руководители разработки сборника Могильный М.П. (ГОУ ВПО ПШТУ), Тутельян В.А.(ГУУ НИИ питания РАМН)
- \*Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах, разработанная ГОУ высшего профессионального образования Московский государственный университет прикладной биотехнологии (МГУПБ) И.О. ректора Е.И.Титов, Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения Первой заместитель исполнительного директора В.И.Тобис, ГУ НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НИЦ здоровья детей РАМН Директор В.Р.Кучма, 2006 г
- \*Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях (отделениях) социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: прак. руководство (нормативный документ) / Сост. Б.С.Каганов, А.С. Шарфетдинов, Э.Н.Преображенская и др. - М.:2010. - 496с.
- \*СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20
- \*Картогика блюд диетического (лечебного и профилактического питания) оптимизированного состава для детей, Департамента здравоохранения г. Москвы / Сост. д.м.н., профессор Шарфетдинов Х.Х., д.м.н., профессор Конь И.Я., д.м.н. и др. - М.:2011
- \*Семидневные меню для основных вариантов диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации (практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания) Тутельян В. А., Гапаров М.М.Г., 2014г. - с. 459
- \*Картогика блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы здравоохранения. / Практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания и заведующих производством. Том 1, 2, М. А. Самсонов, 1995/96 г.
- \*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. / Сборник технических нормативов ФГАУ НИЦД Минздрава России, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АППОЗ»—М.: Издатель Научный центр здоровья детей / Сост. Г.Г. Онищенко, В.А.Тутельян, Д.Б. Никитюк, В.В. Чернигов и др.- М.:2022. — 698 с.

Симферопольский район 2025г.

## Основное меню для детей 1-4 классов

рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					Энергетическая ценность, ккал.
03/2017	Запеканка из творога с морковью со сметаной	160	17,70	16,78	42,00	444,43	291,57	45,82	1,14	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
06/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	27,93	2,69	2,20	0,43	
01/2016	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	9,00	2,20	
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>21,1</b>	<b>17,50</b>	<b>78,47</b>	<b>613,36</b>	<b>319,46</b>	<b>70,22</b>	<b>4,53</b>	
04/2016	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1,00	6,10	5,80	81,50	27,00	10,00	0,36	
01/2010	Сметанник	200	1,87	4,20	13,78	97,07	35,24	24,39	1,21	
03/2017	Котлета (биточки) рыбные	90	10,63	12,64	13,07	209,45	60,77	33,95	1,20	
01/2016	Каша гречневая	150	6,34	4,91	28,61	183,75	12,55	100,11	3,37	
09/2017	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74	5,26	30,03	0,86	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	8,25	14,25	1,13	
	<b>Итого обед:</b>	<b>745</b>	<b>25,57</b>	<b>31,44</b>	<b>131,82</b>	<b>886,01</b>	<b>158,27</b>	<b>225,93</b>	<b>8,89</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1245</b>	<b>46,71</b>	<b>48,94</b>	<b>210,29</b>	<b>1499,37</b>	<b>477,73</b>	<b>296,15</b>	<b>13,42</b>	
рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.					Энергетическая ценность, ккал.
08/2017	Каша рисовая молочная жидкая	250	15,80	11,80	39,50	315,29	158,62	45,44	0,73	
15/2017	Сыр (порциями)	10	2,05	2,30	0,23	29,67	70,00	3,30	0,08	
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	6,90	9,90	0,57	
10/2016	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	9,00	2,20	
07/2017	Чай с молоком	200	1,40	1,25	14,79	75,34	117,76	2,23	0,33	
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>21,93</b>	<b>15,99</b>	<b>79,08</b>	<b>537,80</b>	<b>369,28</b>	<b>69,87</b>	<b>3,91</b>	
09/2011	Щепа свекольная	60	1,17	5,06	6,94	78,05	22,55	15,10	0,90	
13/2016	Суп картофельный с горохом	200	4,70	4,44	15,42	120,68	49,25	30,61	2,00	
ТТК	Шницель рубленый куриный с соусом	100	18,59	11,38	15,17	174,90	1,25	2,04	0,08	
05/2016	Картофельное пюре	150	3,25	4,34	22,05	140,69	46,43	33,01	1,23	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	8,25	14,25	1,13	
05/2016	Компот из яблок	180	0,11	0,11	20,61	91,52	4,86	2,43	0,65	
	<b>Итого обед:</b>	<b>755</b>	<b>32,51</b>	<b>28,65</b>	<b>108,22</b>	<b>743,34</b>	<b>141,79</b>	<b>110,64</b>	<b>6,75</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1345</b>	<b>54,44</b>	<b>44,64</b>	<b>187,30</b>	<b>1281,14</b>	<b>511,07</b>	<b>180,51</b>	<b>10,66</b>	

№ рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
<b>Завтрак</b>										
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20	8,40	12,00	0,54	
73/8/2016	Омлет паровой с мясом	150	18,85	21,44	6,93	280,59	110,12	28,59	3,02	
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	11,50	16,50	0,95	
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	13,20	22,80	1,80	
484/2016	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	14,00	8,00	2,80	
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>26,95</b>	<b>22,64</b>	<b>67,37</b>	<b>572,89</b>	<b>157,22</b>	<b>87,89</b>	<b>9,11</b>	
<b>Обед</b>										
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20	8,40	12,00	0,51	
113/2017	Суп лапша домашняя	200	2,05	4,43	9,30	220,04	22,84	8,54	0,52	
131/2016	Плов из птицы	200	20,35	10,46	37,55	305,33	22,20	92,29	1,78	
420/2016	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,29	25,14	2,42	1,98	0,39	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	8,25	14,25	1,13	
	<b>Итого обед:</b>	<b>705</b>	<b>27,75</b>	<b>18,33</b>	<b>83,45</b>	<b>701,21</b>	<b>73,31</b>	<b>142,26</b>	<b>5,09</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1205</b>	<b>54,70</b>	<b>40,97</b>	<b>150,82</b>	<b>1274,09</b>	<b>230,53</b>	<b>230,15</b>	<b>14,19</b>	
<b>Ужин</b>										
<b>№ рецептура</b>										
<b>Наименование блюда</b>										
<b>Масса порций, г.</b>										
			Пищевая ценность							
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
							белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
<b>Завтрак</b>										
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20	8,40	12,00	0,51	
234/2017	Копчег (бигочки) рыбные	90	10,63	12,64	19,02	209,45	60,77	33,95	1,20	
354/2016	Картофельное пюре	150	3,25	4,34	22,05	140,69	46,43	33,01	1,23	
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	6,90	9,90	0,57	
54-1300	Напиток из шиповника	180	0,46	0,19	9,22	49,11	8,18	2,30	0,41	
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>17,3</b>	<b>17,5</b>	<b>67,3</b>	<b>483,0</b>	<b>130,7</b>	<b>91,2</b>	<b>3,9</b>	
<b>Обед</b>										
746/2010	Икра из кабачков (консервы)	60	0,96	3,78	4,44	54,48	12,60	3,12	0,06	
101/2011	Борщ с капустой, картофелем и мясом	200	5,12	3,19	12,11	98,34	42,86	26,63	1,44	
491/2022	Вареники с картофелем и сметаной	210	4,73	4,73	30,08	272,58	198,25	18,06	1,02	
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	8,25	14,25	1,13	
349/2017	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74	5,26	30,03	0,86	
	<b>Итого обед:</b>	<b>715</b>	<b>16,54</b>	<b>15,29</b>	<b>117,19</b>	<b>739,64</b>	<b>276,42</b>	<b>105,29</b>	<b>5,27</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>1225</b>	<b>33,82</b>	<b>32,82</b>	<b>184,52</b>	<b>1222,59</b>	<b>407,10</b>	<b>196,45</b>	<b>9,19</b>	

№ рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
19/2016	Каша жидкая молочная геркулесовая	250	11,50	12,58	39,29	324,95	4,20	173,79	67,33	1,56
13/2016	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	2,40	0,05	0,02
18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	6,90	9,90	0,57
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
415/2016	Какао с молоком	180	3,22	2,32	13,24	90,05	1,05	111,08	26,64	0,90
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>19,03</b>	<b>23,75</b>	<b>77,39</b>	<b>612,50</b>	<b>5,25</b>	<b>304,07</b>	<b>121,02</b>	<b>4,40</b>
61/2017	Внегнет овощной	60	0,84	6,00	0,43	75,06	5,77	18,72	11,71	0,49
137/2016	Суп крестьянский	200	2,19	5,18	10,93	101,10	18,92	32,83	24,15	0,77
406/2022	Паста сливочная	200	17,07	19,82	31,43	372,22	17,13	141,36	51,09	1,48
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	0,00	8,25	14,25	1,13
420/2016	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,29	25,14	0,05	2,42	1,98	0,39
	<b>Итого обед:</b>	<b>705</b>	<b>24,79</b>	<b>34,32</b>	<b>77,11</b>	<b>711,02</b>	<b>41,87</b>	<b>212,78</b>	<b>116,38</b>	<b>5,02</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1205</b>	<b>43,82</b>	<b>58,07</b>	<b>154,50</b>	<b>1323,52</b>	<b>47,12</b>	<b>516,85</b>	<b>237,40</b>	<b>9,42</b>
№ рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
22/2016	Горошек консервированный	40	1,24	0,08	2,60	16,00	3,12	8,00	5,71	0,27
210/2016	Омлет натуральный	150	10,21	11,90	1,92	161,88	0,43	86,51	14,59	2,10
13/2016	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	2,40	0,05	0,02
18/2016	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	11,50	16,50	0,95
19/2016	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	0,00	16,50	28,50	2,25
149/2017	Компот из сухофруктов	200	1,16	0,30	47,26	196,38	0,80	5,84	33,37	0,96
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>19,76</b>	<b>21,53</b>	<b>93,16</b>	<b>653,56</b>	<b>4,35</b>	<b>130,75</b>	<b>98,72</b>	<b>6,55</b>
07/1/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	8,40	12,00	0,54
37/20216	Щи из свежей капусты	200	1,53	3,34	6,67	118,96	23,64	42,83	16,77	0,59
14/2017	Коплета (биточки) рыбные	90	10,63	12,64	13,07	209,45	0,54	60,77	33,95	1,20
03/2017	Каша вязкая рисовая	150	3,78	7,78	39,29	242,00	0,00	4,13	18,00	0,37
8/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
9/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	0,00	8,25	14,25	1,13
0/2016	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,29	25,14	0,05	2,42	1,98	0,39
	<b>Итого обед:</b>	<b>745</b>	<b>21,29</b>	<b>27,20</b>	<b>95,63</b>	<b>746,25</b>	<b>34,73</b>	<b>136,00</b>	<b>110,15</b>	<b>4,98</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1245</b>	<b>41,05</b>	<b>48,73</b>	<b>188,79</b>	<b>1399,81</b>	<b>39,08</b>	<b>266,75</b>	<b>208,87</b>	<b>11,52</b>

№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность			Вит. С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
			белки, г.	жиры, г.	углеводы, г.				
<b>День 7</b>									
<b>Завтрак</b>									
7,46/2010	Икра из кабачков (консервы)	60	0,96	3,78	4,44	10,20	12,60	3,12	0,06
226/2016	Макаронны, запеченные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	0,07	215,00	15,68	1,03
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	0,00	9,90	17,10	1,35
ПП	Кондитерское изделие (печенье)	20	1,50	1,96	14,88	0,00	5,80	4,00	0,42
420/2016	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	0,05	2,69	2,20	0,43
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>17,63</b>	<b>18,36</b>	<b>81,59</b>	<b>10,32</b>	<b>255,19</b>	<b>55,30</b>	<b>4,05</b>
<b>Обед</b>									
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	10,50	8,40	12,00	0,54
131/2010	Свекольник	200	1,87	4,20	13,78	13,59	35,24	24,39	1,21
327/2022	Капуста тушеная с мясом	200	5,85	8,42	13,84	73,35	86,56	35,40	1,46
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	0,00	13,20	22,80	1,80
349/2017	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	0,72	5,26	30,03	0,86
	<b>Итого обед:</b>	<b>720</b>	<b>15,10</b>	<b>13,81</b>	<b>105,47</b>	<b>98,16</b>	<b>157,86</b>	<b>137,82</b>	<b>6,63</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1220</b>	<b>32,73</b>	<b>32,17</b>	<b>187,06</b>	<b>108,48</b>	<b>413,05</b>	<b>193,12</b>	<b>10,68</b>
<b>День 8</b>									
<b>Завтрак</b>									
193/2016	Каша жидкая молочная геркулесовая	250	11,50	12,58	39,29	4,20	173,79	67,33	1,56
15/2017	Сыр (порциями)	10	2,05	2,30	0,23	0,06	70,00	3,30	0,08
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	0,00	9,20	13,20	0,76
403/2016	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	10,00	16,00	9,00	2,20
378/2017	Чай с молоком	200	1,40	1,25	14,79	2,63	117,76	2,23	0,33
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>600</b>	<b>18,39</b>	<b>16,85</b>	<b>83,79</b>	<b>16,89</b>	<b>386,75</b>	<b>95,06</b>	<b>4,93</b>
<b>Обед</b>									
70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	10,50	8,40	12,00	0,54
132/2016	Суп картофельный с горохом	200	4,70	4,44	15,42	9,20	49,25	30,61	2,00
289/2017	Рагу из птицы	200	14,35	19,56	20,26	12,94	42,05	44,22	2,19
18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	0,00	9,20	13,20	0,76
19/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	0,00	13,20	22,80	1,80
451/2016	Компот из яблок	180	0,11	0,11	20,61	2,70	4,86	2,43	0,65
	<b>Итого обед:</b>	<b>720</b>	<b>25,50</b>	<b>25,03</b>	<b>91,61</b>	<b>35,34</b>	<b>126,96</b>	<b>125,26</b>	<b>7,94</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1320</b>	<b>43,89</b>	<b>41,88</b>	<b>175,40</b>	<b>52,23</b>	<b>513,71</b>	<b>220,32</b>	<b>12,87</b>

День 9	№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
				белки, г.	жирь, г.	углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.				
	Завтрак										
	198/2016	Молочная каша пшеница	200	10,23	7,69	34,37	234,88	152,64	48,35	1,23	
	13/2016	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	2,40	0,05		
	18/2016	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	6,90	9,90	0,57	
	418/2016	Кофейный напиток	180	4,36	3,33	14,04	105,32	130,45	30,17	0,45	
	403/2016	Фрукт свежий (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	16,00	9,00	2,20	
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>520</b>	<b>17,32</b>	<b>19,91</b>	<b>73,05</b>	<b>532,50</b>	<b>308,39</b>	<b>97,47</b>	<b>4,47</b>	
	ППК	Салат из свежих с растит маслом	100	1,43	5,08	17,10	83,55	27,05	17,17	12,00	
	122/2016	Рассольник Ленинградский	200	1,98	3,51	13,74	95,14	20,31	21,25	0,80	
	354/2016	Голубцы ленивые с соусом	100	8,51	9,31	9,01	210,36	29,58	23,74	1,24	
	18/2016	Картофельное пюре	150	3,25	4,34	22,05	140,69	25,95	33,01	1,23	
	19/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	9,20	13,20	0,76	
	420/2016	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	2,42	1,98	0,39	
		Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,29	25,14	0,05	1,80		
	<b>Итого обед:</b>		<b>810</b>	<b>20,85</b>	<b>23,04</b>	<b>101,23</b>	<b>718,48</b>	<b>96,05</b>	<b>133,14</b>	<b>18,22</b>	
	<b>Всего:</b>		<b>1330</b>	<b>38,17</b>	<b>42,95</b>	<b>174,28</b>	<b>1250,98</b>	<b>447,43</b>	<b>230,61</b>	<b>22,69</b>	
День 10											
	№, рецептура	Наименование блюда	Масса порций, г.	Пищевая ценность				Энергетическая ценность, ккал.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
	Завтрак			белки, г.	жирь, г.	углеводы, г.	Вит. С, мг.				
	70/71/2015	Овощи натуральные по сезону	60	0,66	0,12	2,28	13,20	10,50	8,40	12,00	0,54
	54-28м	Жаркое по-домашнему	200	19,23	18,20	17,60	225,70	10,30	25,00	101,00	2,29
	18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
	19/2016	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	9,90	17,10	1,35
	484/2016	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	4,00	14,00	8,00	2,80
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>530</b>	<b>25,9</b>	<b>19,2</b>	<b>69,8</b>	<b>477,1</b>	<b>24,8</b>	<b>66,5</b>	<b>151,3</b>	<b>7,7</b>
	62/2017	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	4,10	0,12	28,48	2,70	14,65	20,52	0,39
	101/2011	Борщ с капустой, картофелем и мясом	200	5,12	3,19	12,11	98,34	13,64	42,86	26,63	1,44
	208/2017	Лапшевник с творогом	200	17,20	16,72	38,97	375,48	0,34	132,13	25,69	1,27
	18/2016	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,00	9,20	13,20	0,76
	19/2016	Хлеб ржаной	25	1,65	3,00	8,35	43,50	0,00	8,25	14,25	1,13
	349/2017	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,74	0,72	5,26	30,03	0,86
	<b>Итого обед:</b>		<b>705</b>	<b>28,75</b>	<b>27,60</b>	<b>121,76</b>	<b>816,54</b>	<b>17,40</b>	<b>212,35</b>	<b>130,32</b>	<b>5,84</b>
	<b>Всего:</b>		<b>1235</b>	<b>54,66</b>	<b>46,80</b>	<b>191,54</b>	<b>1293,64</b>	<b>42,20</b>	<b>278,85</b>	<b>281,62</b>	<b>13,58</b>
	<b>ВСЕГО за 10 дней:</b>		<b>12575</b>	<b>443,99</b>	<b>437,97</b>	<b>1804,48</b>	<b>13022,25</b>	<b>750,38</b>	<b>4063,07</b>	<b>4063,07</b>	<b>13,58</b>
	<b>СРЕДНЕЕ ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1258</b>	<b>44,40</b>	<b>43,80</b>	<b>180,45</b>	<b>1302,225</b>	<b>75,038</b>	<b>406,307</b>	<b>406,307</b>	<b>1,358</b>

**ИТОГО ПО ОСНОВНОМУ МЕНЮ      РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ И КАЛОРИЙНОСТИ**

Завтрак	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	белки, г	жиры, г	углево-ды, г	
Норма по СанПиН	15,40	15,80	67,00	470,0
Фактическое значение	20,51	19,32	77,1	561,58
<b>Обед</b>	<b>белки, г</b>	<b>жиры, г</b>	<b>углево-ды, г</b>	<b>Энергетическая ценность, ккал</b>
Норма по СанПиН	23,1	23,7	100,5	705
Фактическое значение	23,86	24,47	103,34	740,64

**СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ В ГРАММАХ**

Возраст детей 7-11л	Завтрак	Обед
Нормативное значение	не менее 500	не менее 700
Фактическое значение	525	732

Пронумеровано и  
прошнуровано

«Глобал Офис»  
20 г.

ОГРН 109420018616  
ИНН 6321237637

Л. С. Сафарян  
ФИО подпись