

Согласовано

Директор МОБУ СОШ с. Алькино



Садриев А.Р.

Утверждаю

Директор ООО КП «Салаватский»



Галиуллин Р.М.

**Примерное 2-х недельное меню для детей с 7 до 11 лет
осенне-зимний сезон (2 вариант)**

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

Сезон: **Осень-зима**
Категория: **Учащиеся 7-10 лет**
Диета: **I смена**

1-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Д07ЕЯ19	Макаронные изделия отварные	150	5,37	4,25	33,38	196	0,06				31,25	106,25	7,31	0,74
М07КБКК	Котлеты куриные с овощным подливом	60/25	12,08	6,18	10,15	145	0,09			0,41	17,21	100,53	43,35	451,82
Ш07ТЭШК	Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	0,01	0,27			53,82		6,07	0,2
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			23,38	16,97	79,6	548	0,21	0,27		0,41	143,54	299,18	56,73	455,91
Обед														
Д07АЕ19	Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48	0,01	0,69			8,28	13,19	11,4	0,22
Д07ДМ19	Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,27	9,33	38,67	244	0,07	0,03	0,01		12,64		19,2	0,73
Д07КЛ19	Плов из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320	0,05	0,5			15,24	254,99	27,63	1,28
Д07ЖЗ19	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80	0,23	0,3	3	2,48	24	55	18	67
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			26,74	30,47	126,03	853	0,41	1,53	3,01	2,48	146,83	473,18	76,23	71,34
Всего день			50,12	47,44	205,64	1 400	0,62	1,8	3,01	2,89	290,37	772,36	132,96	527,25

1-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Д07ЕО19	Каша рисовая молочная	200	5,73	7,73	39,73	253	0,07	0,51			116,68	188,17	33,33	0,53
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Ш07ЧС21	Чай фруктовый (смородиновый)*	200	0,18	0,02	11,3	39		20	0,1		0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д07ФРУК	Фрукты свеж. (шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
Всего Завтрак			13,19	10,25	75,71	458	0,16	41,64	0,1		280,71	289,17	35,64	5,65
Обед														
Д07АБ19	Салат из белокачанной капусты	40	0,9	0,7	9	42	0,01	8,66			23,53		8,21	0,3
Д07ДГ19	Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,73	10,67	25,33	244	0,07				12	91,17	18,01	0,96
Д07РЭ19	Жаркое по-домашнему	150	15,8	15,9	13,5	261	0,12	6,27			18,02	185,85	36,9	2,86
Д07ЖИ20	Компот из смеси сухофруктов "С"	200	1	0,05	27,5	110	0,01	0,5			28,69		18,27	0,61
ХЛЕБП45	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами	20	1,3	0,2	6,9	34	0,02	0,01			44	51,6		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			25,4	29,05	96,9	778	0,26	15,44			152,91	388,62	81,39	6,84
Всего день			38,6	39,3	172,62	1 235	0,42	57,08	0,1		433,62	677,8	117,04	12,49

1-ая неделя/Среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07СА20	Десерт витаминный (морковь/яблоко/апельсин)	40	1	2	23	51	0,01	2,69			9,95		9,46	0,33
Д07ИС20	Запеканка из творога со сгущенкой	100/25	18,25	5	23	295	0,05	0,15			180,38		26,63	0,62
Ш07Ч421	Чай фруктовый с черноплодной рябиной*	200	0,12	0,02	9,9	35		20,0	0,1		0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			23,29	8,56	73,98	512	0,11	27,84	0,1		231,72	92,4	36,1	4,11
	Обед													
Д07АД19	Свекла отварная	40	0,6		2,9	14	0,01	0,81			13,54	15,2	8,05	0,51
Д07РИС9	Суп с рисовой крупой	200	1,73	10,67	28	225	0,04	6,4			18,67		13,75	0,51
Д07АА19	Картофель отварной с маслом	150	3	3,3	22,5	134	0,13	6,2			14,3	174,16	32	1,26
Д07КБКК	Котлеты рубленые из куриного филе	60	7,5	10,6	7,6	157	0,04	0,2			10,93	75,6		0,89
Д10СВ21	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"*	200	0,18	0,09	3,19	71	0,05	20,0			40	60	0,3	39,68
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			18,48	26,59	93,86	762	0,32	14,3			184,1	474,96	54,1	44,96
Всего день			41,77	35,15	167,84	1 274	0,43	42,14	0,1		415,83	567,36	90,2	49,07

1-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07КЛ19	Плов из курицы	180	17,04	22,08	28,44	384	0,06	0,6			18,29	305,99	33,16	1,54
Д07ЖД60	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69	0,02	0,39			81,09	101,09	14,68	0,37
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Всего Завтрак			26,32	26,48	53,52	571	0,15	1,12			249,2	497,08	47,84	5,1
	Обед													
Д07АЖ19	Салат из моркови с яблоками	40	0,3	1,4	3,3	27	0,01	0,84			7,65		9,24	0,32
Д07ДИ19	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,33	12	38,53	252	0,03	0,67	0,01		23,6	96,2	16,28	0,77
Д12ЕСМИ	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	150	6,72	4,32	27,68	179	0,14				10,32		97,47	3,34
ПРСОКДЕ	Сок фруктовый	200	1	0,2	20	92	0,07	1			16			0,1
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			14,82	19,85	119,18	711	0,3	2,52	0,01		144,24	246,2	122,99	6,64
Всего день			41,14	46,33	172,7	1 282	0,45	3,64	0,01		393,44	743,28	170,83	11,75

1-ая неделя/Пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Д07ЕВ19	Картофельное пюре	150	3	4,63	20,13	136	0,11	10,42			35,63	208,95	28,5	1,04
Д07РЮ60	Котлеты из говядины	60	9,36	12,96	9,96	196	0,05	0,06			25,02	100,88	18,95	
Ш07ИЯ19	Чай с сахаром*	200	0,1	0,02	9,9	35					0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Д04ЙГ19	Йогурт(для детского питани)	100	4,1	3,2	10	98	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Всего Завтрак			20,48	21,14	68,06	597	0,24	10,9			260,04	402,23	65,76	4,34
Обед														
Д07МХ19	Морковь с сахаром	40	0,81	1,8	5,8	40	0,01	0,69			8,28	13,19	11,4	0,22
Д07ДН19	Суп картофельный с клецками	200	1,33	33,33	37,33	265	0,04	3,68			8,63		12,08	0,47
Д07БО19	Рыба запеченная с картофелем	150	13,36	10,18	11,27	191	0,1	0,45			46,24		27,11	0,88
Д07ЖР21	Компот из свежемороженой вишни "С"*	200	1,2	0,17	27,2	80	0,01	20			6,03			0,8
ХЛЕБП45	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами	20	1,3	0,2	6,9	34	0,02	0,01			44	51,6		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Д04ЙГ19	Йогурт(для детского питани)	100	4,1	3,2	10	98	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Всего Обед			26,78	49,22	113,17	795	0,25	43,24			297,84	124,79	68,89	4,62
Всего день			47,26	70,36	181,24	1 392	0,49	54,15			557,88	527,02	134,65	8,95

2-ая неделя/Понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07КЛФН	Каша рисовая с куриным филе	180	17,04	22,08	28,44	384	0,06	0,6			18,29	305,99	33,16	1,54
Ш07ТЭШК	Чай с молоком и сахаром	200	2	5	18	75	0,01	0,27			53,82		6,07	0,2
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			22,96	28,62	64,52	590	0,12	0,87			113,37	398,39	39,23	4,89
	Обед													
Д07АИ19	Салат из свеклы	40	0,5	2,9	3,2	42	0,01	0,75			13,76	25,55	7,47	0,48
Д07СПЕР	Рыбный суп	200	6,32	16	22,01	167	0,12	6,67	0,01	0,26	15,84	69,39	27,26	251,67
Д07ЕЛ19	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,8	3,8	40	213	0,19	8,48			74,41		69,1	3,25
Д07ЕЕ19	Мясо тушенное с овощами	50	14,71	16,31	6,12	230	0,06	1,26			21,11			2 295,06
Д07Ж319	Инстантный напиток витаминизированный	200	4		25	80	0,23	20,1	3	2,48	24	55	18	67
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			37,8	40,94	126	893	0,66	17,47	3,01	2,74	235,79	299,94	121,83	2 619,5
в														7
Всего день			60,76	69,56	190,52	1 483	0,78	18,34	3,01	2,74	349,16	698,33	161,06	2 624,4

2-ая неделя/Вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ЕС19	Каша "Дружба"	200	6,27	8,13	33,47	232	0,12	0,53			127,09	326,41	37,07	0,8
Ш07ИЯ19	Чай с сахаром*	200	0,1	0,02	9,9	35					0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Д07ФРУК	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
Всего Завтрак			13,65	10,65	68,05	432	0,21	10,67			291,13	427,41	39,38	5,92
	Обед													
Д07РД20	Салат "Осень"(картофель/морковь/яблоко/кукуруза)	40	0,9	1,16	9,4	98	0,01	1,58			25,8		19,1	1,02
Д07РИ20	Суп с пшенной крупой	200	1,73	4,53	38,67	239	0,04	1,07	0,03		18,67		13,75	0,51
Д07РЦ19	Гуляш из отварного мяса	60	17,04	9,6	10,8	254	0,05	1,32			14,65	89,8	23,76	2,35
Д07ЕВ19	Картофельное пюре	150	3	4,63	20,13	136	0,11	10,42			35,63	208,95	28,5	1,04
Д10СВ21	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	0,18	0,09	3,19	71	0,05	0,68			40	60	0,3	39,68
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			28,32	21,94	111,85	959	0,32	15,08	0,03		221,41	508,75	85,41	46,71
Всего день			41,97	32,59	179,9	1 391	0,53	25,75	0,03		512,54	936,16	124,78	52,62

2-ая неделя/Среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ИА19	Макароны, запечённые с сыром	150	7,3	11,8	24,5	236	0,05	0,09			133,41		13,05	0,74
Д07ЖС19	Куриное филе, тушенное с овощами	50	11,35	14,63	1,87	185	0,04	0,38			160			0,7
Д07ЖД60	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69	0,02	0,39			81,09	101,09	14,68	0,37
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Всего Завтрак			24,97	30,27	54,65	621	0,16	0,86			415,76	193,49	27,73	4,96
	Обед													
Д07АД19	Свекла отварная	40	0,6		2,9	14	0,01	0,81			13,54	15,2	8,05	0,51
Д07ДА19	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,47	9,33	37,33	244	0,04	1,33	0,01		25,95	33,35	15,23	0,56
Д07КЛ19	Плов из курицы	150	14,2	18,4	23,7	320	0,05	0,5			15,24	254,99	27,63	1,28
Д07ЖИ20	Компот из смеси сухофруктов "С"	200	1	0,05	27,5	110	0,01	20,0			28,69		18,27	0,61
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами (для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной (для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Д04ЙГ19	Йогурт (для детского питания)	100	4,1	3,2	10	98	0,03	0,42			158		18,3	0,14
Всего Обед			26,83	31,72	131,1	947	0,19	3,57	0,01		328,08	453,54	87,48	5,21
Всего день			51,8	61,99	185,75	1 568	0,35	4,43	0,01		743,85	647,03	115,21	10,17

2-ая неделя/Четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д12ЕСМИ	Каша гречневая рассыпчатая с мясом	180	8,06	5,18	33,22	215	0,17				12,38		116,96	4,01
Д07ЖГ19	Кофейный напиток на молоке	200	2,1	2,1	11	70	0,03	0,52			105,86	156,6	12,18	0,11
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д04МА19	Сыр порционный	12	3,6	1,2	2,4	49	0,02	0,13			109,82			0,05
Всего Завтрак			17,04	9,38	59,1	403	0,27	0,65			268,07	246,6	129,14	7,32
	Обед													
Д07АЕ19	Салат из моркови	40	0,81	0,8	9	48	0,01	0,69			8,28	13,19	11,4	0,22
Д07ДО19	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	7,5	4,33	41,67	250	0,22	0,02			31,1	231	37,5	2,22
Д07ЕК19	Каша перловая рассыпчатая	150	4,6	3,6	34,6	180	0,09	8,48			69,56		53,9	1,57
Д07ЖЖ20	Фрикадельки из кур в томатном соусе	60/25	8,76	10,8	5,16	152	0,05	0,95			27,54	72,18	13,25	1,03
Д07ЖЭ21	Напиток витаминизированный из вишни*	200	0,6	0,16	17,2	85	0,01	20			6,03			0,8
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Всего Обед			27,74	21,63	137,29	876	0,43	41,15			229,18	466,37	116,05	7,95
Всего день			44,78	31,01	196,39	1 279	0,7	41,8			497,24	712,97	245,19	15,26

2-ая неделя/Пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
Д07ЕВ19	Картофельное пюре	150	3	4,63	20,13	136	0,11	10,42			35,63	208,95	28,5	1,04
Д07БИ19	Котлеты рыбные	60	9,72	6,84	8,28	134	0,11	27,96			27,96	90,07	17,48	0,64
Ш07ИЯ19	Чай с сахаром*	200	0,1	0,02	9,9	35					0,13		0,01	0,01
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный (для детского питания)	30	3,28	0,9	12,48	69	0,05				40	90		3,15
Д05МП18	Масло сливочное порционное	8	0,64	0,64	5,6	62					1,26	2,4		
Д07ИЦ19	Кефир(для детского питания)	100	2,81	3,2	3,62	26	0,03	0,28			110,88	103,31	13,05	0,09
Всего Завтрак			19,55	13,07	60,01	463	0,3	38,67			215,86	494,73	59,04	4,92
	Обед													
Д07АЭ20	Салат "Морковьча школьный"(морковь/лук)	40	2	1	13,9	65	0,02	0,88	0,02		9,55		11,3	0,24
Д07ДЛ19	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12	16	44	220	0,01				1,33	0,13	16	1,33
Д07КЖ19	Голубцы ленивые	90	7,95	3	13,5	210	0,03	3,09			26,16	51,8	13,89	1,19
Д10СВ21	Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)"С"	200	0,18	0,09	3,19	71	0,05	20			40	60	0,3	39,68
ХЛЕБПШН	Хлеб "Колосок" пшеничный с витаминами(для детского питания)	20	0,8	0,4	15	74	0,02	0,01			60	90		0,01
ППРЕБРЖ	Хлеб ржаной(для детского питания)	30	4,67	1,53	14,67	87	0,03				26,67	60		2,1
Д07ФРУК	Фрукты свеж.(шт.)	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10			14,08	11	2,3	1,91
Всего Обед			28	22,42	114,06	774	0,19	14,66	0,02		177,79	272,93	43,79	46,46
Всего день			47,55	35,49	174,07	1 237	0,49	53,33	0,02		393,65	767,66	102,83	51,38
Итого			465,74	469,23	1 826,	13 542	5,28	302,45	6,3	5,63	4 587,57	7 049,96	1 394,7	3 363,4
Среднее за период			46,57	46,92	182,66	1 354	0,53	30,24	0,63	0,56	458,76	705	139,47	336,34

*витаминация третьих блюд проводиться специальными витаминно-минеральными премиксами.

Витаминация третьих блюд осуществляется в соответствии с указаниями по применению премиксов.

ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ
Учащиеся 7-11 лет

Сезон: Осень-зима

Диета: I смена

№ п/п	Наименование группы продуктов	Норма* продукта в граммах (нетто)	Фактический расход продуктов по дням (всего), г на одного человека										В среднем за период	
			1н пн	1н вт	1н ср	1н чт	1н пт	2н пн	2н вт	2н ср	2н чт	2н пт		
1	хлеб ржаной	80,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00
2	хлеб пшеничный	150,00	50,80	40,00	49,00	40,00	50,80	40,00	40,00	40,00	76,27	50,80	50,80	47,77
3	мука пшеничная	15,00	8,45				11,52	2,00	3,60		1,13	1,20	1,20	2,79
4	крупы, бобовые	45,00	35,00	48,00	23,17	84,40		114,60	40,00		90,88	4,50	4,50	47,55
5	макаронные изделия	15,00	56,25							40,00		8,00	8,00	10,43
6	картофель	188,00	60,00	140,00	206,67	16,00	221,48	80,00	195,42	24,00	50,00	188,75	188,75	118,23
7	овощи	280,00	70,17	73,00	83,60	124,20	54,80	107,60	52,80	146,20	77,71	109,05	109,05	89,91
8	фрукты	185,00		10,00	25,00		18,00		10,00		14,00	10,00	10,00	8,70
9	фрукты, сухие	15,00		18,00						18,00				3,60
10	соки фруктовые, напитки витаминные	200,00	18,00			300,00		18,00						33,60
11	мясо без костей	70,00		45,00		27,00	44,40	45,00	36,00		32,40	36,00	36,00	26,58
12	куриное филе	35,00	121,60		38,00	91,20		78,00		136,00	45,00			50,98
13	рыба - филе	58,00					120,00	40,00				81,60	81,60	24,16
14	молоко	300,00	75,00	100,00	23,1	90,00	84,20	75,00	153,75	90,00	69,00	33,75	33,75	79,37
15	кисломолочные продукты	150,00					300,00			150,00		150,00	150,00	60,00
16	творог	50,00			100,00									10,00
17	сыр	9,80		12,00		12,00			12,00	12,00	12,00			6,00
18	сметана	10,00		10,00		10,00				10,00				3,00
19	масло сливочное	30,00	13,78	7,33	15,83	1,60	28,44	15,40	11,92	13,00	8,42	13,25	13,25	12,90
20	масло растительное	15,00	26,58	8,00	10,00	22,30	5,87	19,20	12,73	20,00	18,12	20,02	20,02	16,28
21	яйцо	53,00	2,00		2,50		0,67					4,50	4,50	0,97
22	сахар	40,00	17,00	34,33	33,67	9,10	35,00	15,00	35,33	23,00	25,00	31,00	31,00	25,84
23	кондитерские изделия	10,00			37,50									3,75
24	чай	1,00	1,00	0,50	0,50		1,00	1,00	1,00			1,00	1,00	0,60
25	какао	1,20				1,50				1,50	1,50			0,45