

УТВЕРЖДАЮ:

И.А.Петрова И.А.



И.А.Петрова

2024 г

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ «Сервинская ООШ»

Надымова Е.Л.



2024 г

№ п/п	Наименование блюда	Среднее количество ингредиентов (г)					Среднее количество ингредиентов (г)					Среднее количество ингредиентов (г)				
		Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	Среднее количество ингредиентов (г)	
1	Салат из овощей (с майонезом)	60	0,18	0,05	1,95	8,4	0,05	0,1	0,04	0,11	22,2	0,04	20,4	0,9		
2	Суп овощной с картофелем	250	2,35	1,25	13,61	45,79	0,16	0,11	0,11	28,43	66,03	26,6	1,74			
3	Пюре картофельное	150	13,21	14,94	9,02	224,41	0,26	0,33	0,04	35,74	107,1	10,56	1,06			
4	Макароны отваренные	150					0,03	0	1,19	13,66	36,17	30,87	1,1			
5	Хлеб белый	200					0,02	0	0	4,27	6,41	3,3	0,72			
6	Хлеб бородинский	200					0	0	0	1,74	42,32	19,14	0,74			
7	Молоко цельное						0	0,07	0	4,2	13,45	0,73				
	Итого за день		45,74	30,85	116,59	1450,8	0,44	0,24	0,24	115,11	301,96	100,14	4,26			

Примерное 2-х недельное меню
 для организации питания детей 12-18 лет
 в государственных общеобразовательных учреждениях
 (осень-зима)

Примерное меню горячих школьных завтраков и обедов для организации питания детей от 12 до 18 лет
в государственных образовательных учреждениях

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Первая неделя

Понедельник

Завтрак:

1.	114/2008	Каша рисовая молочная жидкая	250/5	6,37	8,23	40,56	261,38	0,04	1,51	0,02	0,21	39,39	117,76	20,4	0,51
2.	287/2008	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32	0,01	0,12	0,01	0,05	50,46	35,49	5,25	0,08
3.	366/2008	Сыр (порциями)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
4.		Булочные изделия (Булочка с абрикосом)	75	5,61	14,21	46,91	180,3	0,11	0,26	0,03	0,78	17,91	58,28	20,69	1,14
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
		Итого за завтрак:	575	19,99	30,14	118,12	668,5	0,2	2,21	0,11	1,12	312,76	335,53	59,84	2,25

Обед

1.	246/2008	Овощная поджаренная (Огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,98	8,4	0,05	21	0,04	0,42	22,2	40,8	20,4	0,9
2.	45/2008	Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79	0,16	3,13	0,01	0,21	28,43	69,03	26,6	1,74
3.	ТУ 031	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	120	13,22	14,94	9,02	223,31	0,06	0,23	0,04	0,58	33,74	107,1	16,56	1,09
4.	227/2008	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	0	1,19	13,66	56,57	20,83	1,1
5.	300/2008	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0,02	0	0	4,27	6,43	3,3	0,72
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	885	28,59	25,91	117,76	821,35	0,8	24,43	0,09	2,4	123,37	366,45	120,3	7,04

		Итого за день:		48,58	56,05	235,88	1489,85	1	26,64	0,2	3,52	436,13	701,98	180,14	9,29
--	--	-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	----------	--------------	------------	-------------	---------------	---------------	---------------	-------------

№ п/п	№ рецепт по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Вторник

Завтрак:

1.	141/2008	Запеканка из творожной массы с повидлом	150/50	30,76	12,75	30,63	360,24	0,08	0,64	0,09	0,63	281,83	344,4	46,43	0,96
2.	365/2008	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,8	0,15	99	0	0,42	0	0,15	3,3	2,85	0,45	0,03
3.	294/2008	Чай с лимоном	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62	0	2,9	0	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
4.		Фрукты (Яблоки св)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	0	0	24	16,5	13,5	3,3
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
		Итого за завтрак:	595	33,55	24,36	74,09	656,06	0,16	18,96	0,09	0,79	322,18	389,54	69,12	5,49

Обед:

1.	246/2008	Овощная подгарнировка (Помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,76	13,8	0,05	21	0,04	0,42	22,2	48	20,4	0,9
2.	37/2008	Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	6,66	10,81	111,11	0,04	10,86	0,01	2,55	47,82	51,77	39,62	1,05
3.	ТУ 584	Котлеты рыбные с соусом томатным	120	11,88	8,04	7,68	157,08	0,14	0,38	0,02	0,91	63,3	283,91	44,68	1,32
4.	241/2008	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55	0,13	7,69	0,02	0,23	41,15	88,76	29,09	1,19
5.	290/2008	Напиток ягодный	200	0,11	0	21,07	84,69	0	0,75	0	0,2	2,66	1,72	1,2	0,15
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	890	24,19	22,76	108,99	748,13	0,8	40,68	0,09	4,31	198,2	560,68	167,6	6,1

		Всего за день:		57,74	47,12	183,08	1404,19	0,96	59,64	0,18	5,1	520,38	950,22	236,72	11,59
--	--	-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	--------------	-------------	------------	---------------	---------------	---------------	--------------

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Среда

Завтрак:

1.	ТУ 031	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	120	13,22	14,94	9,02	223,31	0,06	0,23	0,04	0,58	33,74	107,1	16,56	1,09
2.	227/2008	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	0	1,19	13,66	56,57	20,83	1,1
3.	139/2008	Яйцо отварное	1 шт	7,62	6,9	0,42	94,2	0,02	0	0,03	0,36	10,92	35,94	2,16	0,51
4.	274/2008	Кисель из концентрата витамин	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,68	0	0	0,1
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
6.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за завтрак:	550	32,66	28,66	106,27	811,21	0,58	0,28	0,07	2,13	73,57	259,81	56,5	3,85

Обед:

1.	1/2008	Овощная подгарнировка (Винегрет овощной)	60	0,76	6,08	4,99	77,56	0,02	1,41	0,06	2,72	12,15	19,01	9,73	0,4
2.	71/2008	Суп картофельный с крупой и рыбными конс	250	6,22	8,21	18,39	170,98	0,15	7,8	0,21	1,54	56,25	137,91	41,5	1,42
3.	ТУ 030	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	120	12,82	11,96	6,4	184,55	0,05	0,06	0	0,5	7,91	88,97	17,39	0,77
4.	219/2008	Каша гречневая вязкая	180	10,48	6,52	54	316,57	0,25	0,23	0	0,58	46,37	243,31	63,52	5,38
5.	294/2008	Чай с лимоном	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62	0	2,9	0	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого:	890	36,16	33,45	137,81	1000,18	0,91	12,4	0,27	5,35	151,8	585,51	169,99	10,36

		Итого за день:		68,82	62,11	244,08	1811,39	1,49	12,68	0,34	7,48	225,37	845,32	226,49	14,21
--	--	-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	--------------	-------------	-------------	---------------	---------------	---------------	--------------

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Четверг

Завтрак:

1.	115/2008	Каша ячневая молочная вязкая	250/5	8,99	8,3	49,18	307,08	0,12	0,35	0,01	0,9	145,6	238,31	53,33	0,98
2.	282/2008	Компот из свежих яблок	200	0,16	0	14,99	60,64	0,03	3,6	0,14	0,2	21,5	22,46	12,6	0,65
3.		Булочные изделия (Плюшка "Московская")	75	5,85	10,95	41,55	288	0,06	0	0,09	1,05	19,5	54	9	0,75
4.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
		Итого за завтрак:	555	16,97	19,45	119,02	720,42	0,24	3,95	0,24	2,15	191,6	330,77	78,43	2,68

Обед:

1.	32/2008	Овощная подгарнировка (Салат картофельный с огурцами солеными)	60	0,96	3,16	7,61	61,73	0,05	7,5	0,13	2,78	19,39	30,84	12,76	0,59
2.	63/2008	Щи из св. капусты с картофелем	250/5	2,09	6,33	10,64	107,83	0,05	14,36	0,15	0,22	76,87	60,89	35,8	1,12
3.	ТУ/031	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	120	13,22	14,94	9,02	223,31	0,06	0,23	0,04	0,58	33,74	107,1	16,56	1,09
4.	224/2008	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,33	270,22	0,04	0,23	0	0,34	3,98	47,65	12,13	0,63
5.	283/2008	Компот из сухофруктов витамин	200	0,56	0	27,89	113,79	0,01	0,15	0,01	1,68	56,45	18,31	6,86	1,59
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	890	27,3	31,2	142,21	965,78	0,65	22,47	0,33	5,6	211,5	351,31	116,72	6,51
		Всего за день:	1445	44,27	50,65	261,23	1686,2	0,89	26,42	0,57	7,75	403,1	682,08	195,15	9,19

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Пятница

Завтрак:

1.	112/2008	Каша пшениная молочная жидкая	250/5	7,51	9,04	42,65	282,56	0,16	0,36	0,02	0,21	138,35	180,37	44,27	3,1
2.	300/2008	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0,02	0	0	4,27	6,43	3,3	0,72
3.	366/2008	Сыр (порциями)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
4.		Фрукты (Яблоки св)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	0	0	24	16,5	13,5	3,3
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
6.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за завтрак:	675	16,71	16,01	94,81	598,7	0,63	15,7	0,07	0,29	381,19	371,5	88,02	8,39

Обед:

1.	4/2008	Овощная подгарнировка (Салат из св. капусты)	60	0,5	3,04	3,19	42,01	0,02	17,23	0	2,71	27,31	18,92	10,34	0,35
2.	42/2008	Рассольник Ленинградский	250/5	5,03	11,3	32,38	149,6	0,1	16,78	0,02	2,42	27,7	65,75	32,55	1,03
3.	ТУ 030	Котлеты из говядины с соусом томатным	120	12,82	14,06	6,89	212,1	0,07	0,16	0	0,78	33,04	134,47	25,55	1,15
4.	227/2008	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	0	1,19	13,66	56,57	20,83	1,1
5.	287/2008	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32	0,01	0,12	0,01	0,05	50,46	35,49	5,25	0,08
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	890	32,18	37,02	140,92	935,24	0,73	34,34	0,03	7,15	173,24	397,72	127,13	5,2
		Всего за день:		48,89	53,03	235,73	1533,94	1,36	50,04	0,1	7,44	554,43	769,22	215,15	13,59

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Суббота

Завтрак:

1.	104/2008	Каша гречневая вязкая на молоке	250/5	9,88	10,21	43,7	306,21	0,17	0,46	0,02	0,36	190,11	234	46,62	2,95
2.	366/2008	Сыр (порциями)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
3.	274/2008	Кисель из концентрата витамин	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,68	0	0	0,1
4.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
5.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за завтрак:	550	21,69	16,78	111,44	684,1	0,62	0,78	0,07	0,44	411,86	428,52	89,23	4,76

обед

1.	139/2008	Яйцо отварное	1 шт	7,62	6,9	0,42	94,2	0,02	0	0,03	0,36	10,92	35,94	2,16	0,51
2.	47/2008	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,83	2,86	21,76	124,09	0,08	5,09	0,01	0,4	20,78	54,19	21,88	0,93
3.	ТУ 031	Тефтели из мяса птицы с соусом томатным	120	11,04	15,72	8,66	220,56	0,05	1,15	0,03	0,53	26,81	89,68	14,72	1,07
4.	222/2008	Каша пшеничная вязкая	180	7,88	7,7	46,96	289,39	0,2	0,25	0,02	0,31	20,52	161,96	57,37	4,84
5.	300/2008	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0,02	0	0	4,27	6,43	3,3	0,72
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	880	35,3	33,85	128,56	965,78	0,79	6,51	0,09	1,6	104,37	434,72	132,04	9,56
		Всего за день:		56,99	50,63	240	1649,88	1,41	7,29	0,16	2,04	516,23	863,24	221,27	14,32

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Вторая неделя

Понедельник

Завтрак:

1.	115/2008	Каша ячневая молочная вязкая	250/5	8,99	8,3	49,18	307,08	0,12	0,35	0,01	0,9	145,6	238,31	53,33	0,98
2.	300/2008	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0,02	0	0	4,27	6,43	3,3	0,72
3.	366/2008	Сыр (порциями)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
4.		Мучные изделия (Манник)	40	1,6	7,89	21,33	162,67	0,02	0	0,06	0,32	9,6	21,87	4,8	0,43
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
6.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за завтрак	565	19,19	22,56	107,97	715,39	0,56	0,69	0,12	1,3	374,04	434,81	88,38	3,4

Обед:

1.	16/2008	Овощная подгарнировка (Салат из св. огурцов)	60	0,43	6,05	1,8	62,16	0,02	2,73	0,03	2,72	12,56	22,93	7,64	0,33
2.	45/2008	Суп картофельный с бобовыми	250	2,34	3,89	13,61	98,79	0,16	3,13	0,01	0,21	28,43	69,03	26,6	1,74
3.	ТУ 030	Котлеты из говядины с соусом томатным	120	12,82	14,06	6,89	212,1	0,07	0,16	0	0,78	33,04	134,47	25,55	1,15
4.	224/2008	Рис отварной	180	4,66	6,1	48,33	270,22	0,04	0,23	0	0,34	3,98	47,65	12,13	0,63
5.	274/2008	Кисель из концентрата витамин	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,68	0	0	0,1
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	885	27,42	30,77	138,37	948,36	0,73	6,25	0,04	4,05	99,76	360,6	104,53	5,44

		Всего за день:		46,61	53,33	246,34	1663,75	1,29	6,94	0,16	5,35	473,8	795,41	192,91	8,84
--	--	-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------	---------------	---------------	-------------

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Вторник

Завтрак:

1.	ТУ 030	Котлеты из говядины с соусом томатным	120	12,82	14,06	6,89	212,1	0,07	0,16	0	0,78	33,04	134,47	25,55	1,15
2.	241/2008	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55	0,13	7,69	0,02	0,23	41,15	88,76	29,09	1,19
3.	283/2008	Компот из сухофруктов витамин	200	0,56	0	27,89	113,79	0,01	0,15	0,01	1,68	56,45	18,31	6,86	1,59
4.		Фрукты (Яблоки св)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	0	0	24	16,5	13,5	3,3
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
		Итого за завтрак:	675	19,78	22,13	90,73	653,64	0,29	23	0,03	2,69	159,64	274,04	78,5	7,53

Обед:

1.	233/2008	Овощная подгарнировка (Икра морковная)	60	1,36	4,54	8,17	71,75	0,05	4,02	0	2,05	28,64	39,81	25,29	0,73
2.	42/2008	Рассольник Ленинградский	250/5	5,03	11,3	32,38	149,6	0,1	16,78	0,02	2,42	27,7	65,75	32,55	1,03
3.	ТУ 031	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	120	13,22	14,94	9,02	223,31	0,06	0,23	0,04	0,58	33,74	107,1	16,56	1,09
4.	219/2008	Каша гречневая вязкая	180	10,48	6,52	54	316,57	0,25	0,23	0	0,58	46,37	243,31	63,52	5,38
5.	294/2008	Чай с лимоном	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62	0	2,9	0	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	895	35,97	37,98	157,6	1011,75	0,9	24,16	0,06	5,64	165,57	552,28	175,77	10,62
		Всего за день:		55,75	60,11	248,33	1665,39	1,19	47,16	0,09	8,33	325,21	826,32	254,27	18,15

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Среда

Завтрак:

1.	2/2008	Салат "Витаминный"	60	0,68	6,08	6,92	85,16	0,02	9,99	0,01	2,75	15,46	17,34	10,85	0,52
2.	132/2008	Омлет Натуральный	220	19,07	30,53	5,14	374,14	0,07	0,64	0,14	0,98	122,29	156,57	16,96	1,32
3.	287/2008	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32	0,01	0,12	0,01	0,05	50,46	35,49	5,25	0,08
4.	366/2008	Сыр (порциями)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
5.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
		Итого за завтрак:	550	29,73	44,51	56,01	750,82	0,17	11,07	0,21	3,86	399,71	359,72	62,22	2,88

Обед:

1.	247./2008	Овощная подгарнировка (Огурцы соленые)	60	0,48	0,06	1,38	7,8	0,01	3	0	0,06	15	12	6	0,72
2.	37/2008	Борщ с капустой и картофелем	250/5	1,9	6,66	10,81	111,11	0,04	10,86	0,01	2,55	47,82	51,77	39,62	1,05
3.	163/2008	Рыба (филе) отварная с соусом томатным	110	13,53	5,28	0,47	110,11	0,06	0,32	0,01	1,19	20,9	155,09	21,89	0,54
4.	241/2008	Картофельное пюре	180	3,83	7,27	27,95	192,55	0,13	7,69	0,02	0,23	41,15	88,76	29,09	1,19
5.	300/2008	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0,02	0	0	4,27	6,43	3,3	0,72
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	880	25,67	19,94	91,37	659,11	0,68	21,89	0,04	4,03	150,21	400,57	132,51	5,71

		Всего за день:		55,4	64,45	147,38	1409,93	0,85	32,96	0,25	7,89	549,92	760,29	194,73	8,59
--	--	-----------------------	--	-------------	--------------	---------------	----------------	-------------	--------------	-------------	-------------	---------------	---------------	---------------	-------------

№ п/п	№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Четверг

Завтрак:

1.	112/2008	Каша пшенная молочная жидкая	250/5	7,51	9,04	42,65	282,56	0,16	0,36	0,02	0,21	138,35	180,37	44,27	3,1
2.	294/2008	Чай с лимоном	200/5	0,07	0,01	15,31	61,62	0	2,9	0	0,01	8,05	9,79	5,24	0,9
3.	365/2008	Масло сливочное (порциями)	15	0,15	10,8	0,15	99	0	0,42	0	0,15	3,3	2,85	0,45	0,03
4.		Фрукты (Яблоки св)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	0	0	24	16,5	13,5	3,3
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
6.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за завтрак :	675	12,17	20,92	98,23	637,88	0,62	18,68	0,02	0,37	188,27	269,71	80,41	8,38

обед

1.	1/2008	Овощная подгарнировка (Винегрет овощной)	60	0,76	6,08	4,99	77,56	0,02	1,41	0,06	2,72	12,15	19,01	9,73	0,4
2.	59/2008	Суп-пюре из разных овощей	250/15	2,89	5	13,03	108,65	0,05	4,13	0,01	0,31	64,67	64,25	21,58	0,65
3.	211/2008	Плов из отварной птицы	210	37,2	45,33	41,05	747,09	0,15	4,48	0,09	1,66	50,01	347,37	49,31	3,44
4.	287/2008	Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32	0,01	0,12	0,01	0,05	50,46	35,49	5,25	0,08
5.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
6.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед	810	48,06	58,68	115,14	1211,52	0,67	10,14	0,17	4,74	198,36	552,64	118,48	6,06

		Всего за день:		60,23	79,6	213,37	1849,4	1,29	28,82	0,19	5,11	386,63	822,35	198,89	14,44
--	--	-----------------------	--	--------------	-------------	---------------	---------------	-------------	--------------	-------------	-------------	---------------	---------------	---------------	--------------

№ рецепт. по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн. цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Пятница

Завтрак:

1.	104/2008	Каша гречневая вязкая на молоке	250/5	9,88	10,21	43,7	306,21	0,17	0,46	0,02	0,36	190,11	234	46,62	2,95
2.	290/2008	Напиток ягодный	200	0,11	0	21,07	84,69	0	0,75	0	0,2	2,66	1,72	1,2	0,15
3.	366/2008	Сыр (порциями)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,32	0,05	0,08	200	108	10	0,22
4.		Мучные изделия (Булочка обыкновенная со сгущ.)	50	3,93	3,06	29,42	160,83	0,08	0,02	0	0,6	10,68	39,53	15,26	0,76
5.		Хлеб пшеничный	25	1,97	0,2	13,3	64,7	0,03	0	0	0	5	16	3,5	0,3
		Итого за завтрак:	550	20,53	19,37	107,49	689,23	0,29	1,55	0,07	1,24	408,45	399,25	76,58	4,38

обед

1.	31/2008	Овощная подгарнировка (Салат картофельный с зеленым горошком)	60	1,82	6,83	6,46	94,2	0,04	6,72	0,13	1,39	11,92	31,39	10,03	0,44
2.	63/2008	Щи из св. капусты с картофелем	250/5	2,09	6,33	10,64	107,83	0,05	14,36	0,15	0,22	76,87	60,89	35,8	1,12
3.	ТУ 030	Котлеты из говядины с соусом томатным	120	12,82	14,06	6,89	212,1	0,07	0,16	0	0,78	33,04	134,47	25,55	1,15
4.	227/2008	Макаронные изделия отварные	180	6,62	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	0	1,19	13,66	56,57	20,83	1,1
5.	283/2008	Компот из сухофруктов витамин.	200	0,56	0	27,89	113,79	0,01	0,15	0,01	1,68	56,45	18,31	6,86	1,59
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	890	29,72	34,24	132,99	970,13	0,7	21,44	0,29	5,26	213,01	388,15	131,68	6,89
		Всего за день:		50,25	53,61	240,48	1659,36	0,99	22,99	0,36	6,5	621,46	787,4	208,26	11,27

№ п/п	№ рецепта по сборн.	Наименование блюд	Выход (гр)	Пищ. вещества (гр)			Эн.цен-ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Суббота

Завтрак:

1.	91/2008	Пудинг овощной	200/5	8,55	18,16	23,46	291,48	0,1	11,76	0,1	0,74	106,08	110,58	40,35	1,14
		Кондитерские изделия (Коржик молочный)	75	5,11	8,78	50,75	302,63	0,08	0,17	0	0	20,4	51,16	18,1	0,92
2.	270/2008	Какао с молоком	200	4,85	5,04	32,73	195,71	0,03	0,32	0,02	0,02	131,72	122,34	17,02	0,66
3.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	19,16	0,74
4.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за завтрак:	555	24,32	32,65	145,66	978,72	0,65	12,25	0,12	0,76	279,27	370,6	108,08	4,21

Обед:

1.	139/2008	Яйцо отварное	1 шт	7,62	6,9	0,42	94,2	0,02	0	0,03	0,36	10,95	35,94	2,16	0,51
2.	71/2008	Суп картофельный с крупой и рыбными конс	250	6,22	8,21	18,39	170,98	0,15	7,8	0,21	1,54	56,25	137,91	41,5	1,42
3.	ТУ 031	Тефтели из мяса птицы с соусом томатным	120	11,04	15,72	8,66	220,56	0,05	1,15	0,03	0,53	26,81	89,68	14,72	1,07
4.	221/2008	Каша пшеничная вязкая	180	11,12	6,39	44,24	278,14	0,14	0,05	0	0,31	24,95	144,25	31,79	3,83
5.	300/2008	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	0,02	0	0	4,27	6,43	3,3	0,72
6.		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,4	26,6	129,4	0,06	0	0	0	11,5	42,32	16,19	0,74
7.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,87	0,27	12,12	59,5	0,38	0	0	0	9,57	44,2	13,45	0,75
		Итого за обед:	880	41,93	37,89	122,47	1001,42	0,8	9,02	0,27	2,74	144,3	500,73	123,11	9,04

		Всего за день:		66,25	70,54	268,13	1980,14	1,45	21,27	0,39	3,5	423,57	871,33	231,19	13,25
--	--	-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	--------------	-------------	------------	---------------	---------------	---------------	--------------

Питание в образовательных учреждениях по циклическому меню с подгруппировкой детей от 12-18 лет

1 день
2 день
3 день
4 день
5 день
6 день
7 день
8 день
9 день
10 день
11 день
12 день
Итого:
Среднедневное
норма 50
Выполнение %

Пит. вещества (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергия (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
					B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
48,58	24,83	114,88	1489,85	1	26,64	0,2	3,52	436,13	701,98	180,14	9,29				
57,74	27,11	121,58	1604,19	0,96	59,64	0,18	5,1	520,38	950,22	236,72	11,59				
68,82	23,11	124,58	1811,39	1,49	12,68	0,34	7,48	225,37	845,32	226,49	14,21				
44,27	20,27	101,71	1486,7	0,89	26,42	0,57	7,75	403,1	682,08	195,15	9,19				
48,89	11,01	131,71	1331,94	1,36	50,04	0,1	7,44	554,43	769,22	215,15	13,59				
56,99	20,21	120	1649,88	1,41	7,29	0,16	2,04	516,23	863,24	221,27	14,32				
46,61	11,11	126,34	1661,75	1,29	6,94	0,16	5,35	473,8	795,41	192,91	8,84				
51,71	20,11	124,31	1665,39	1,19	47,16	0,09	8,33	325,21	826,32	254,27	18,15				
51,1	21,11	127,38	1409,91	0,85	32,96	0,25	7,89	549,92	760,29	194,73	8,59				
60,21	19,1	111,37	1849,4	1,29	28,82	0,19	5,11	386,63	822,35	198,89	14,44				
56,21	11,11	120,48	1639,36	0,99	22,99	0,36	6,5	621,46	787,4	208,26	11,27				
66,21	20,11	124,13	1980,14	1,45	21,27	0,39	3,5	423,57	871,33	231,19	13,25				
639,74	261,11	1161,01	19801,42	14,17	342,85	2,99	70,01	5436,23	9675,16	2555,17	146,73				
51,28	21,11	120,34	1630,39	1,18	28,57	0,25	5,83	453,02	806,26	212,93	12,23				
41	18	121,3	1360	0,7	35	450	6	600	600	150	9				
122,14	121,01	120,28	121,34	168,69	81,63	0,06	97,24	75,50	134,38	141,95	135,86				

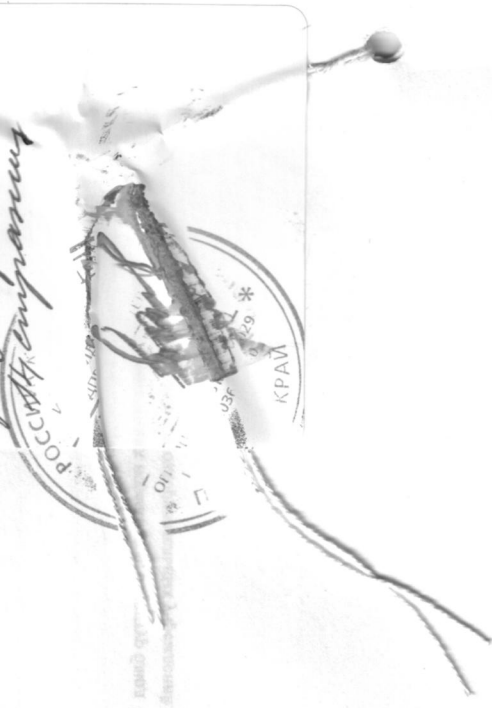
Используемая литература:

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений. Изд. Пермь 2004 г.

Примечание: результаты работы по показателям даны с округлением тысяч до 15 цифр.

Показатель	Медведев		Яковлев		Бил		Бурдakov		Бурдakov		Бурдakov		Бурдakov		Итого
	Медведев	Яковлев	Бил	Бурдakov	Бил	Бурдakov	Бил	Бурдakov	Бил	Бурдakov	Бил	Бурдakov	Бил	Бурдakov	
1. Объем производства	113002	10738	13174	15858	8103	698	6073	3720	12455	14166	13788	0	0	0	
2. Объем продаж	4874	31774	10800	114	3571	672	782	42155	30678	51502	1272	0	0	0	
3. Объем производства по видам продукции	50121	20000	18800	1411	24083	538	3040	241932	60773	22111	1732	0	0	0	
4. Объем продаж по видам продукции	3012	30612	10000	182	2123	078	17	52173	13132	51116	1732	0	0	0	
5. Объем производства по видам продукции	2101	30042	10000	090	3500	078	01198	01198	1011	30858	1132	0	0	0	
6. Объем продаж по видам продукции	307	307	18444	170	3892	016	711	20000	8372	10800	1416	0	0	0	
7. Объем производства по видам продукции	307	307	18444	090	3892	032	078	20000	30058	10800	1416	0	0	0	
8. Объем продаж по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	
9. Объем производства по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	
10. Объем продаж по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	
11. Объем производства по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	
12. Объем продаж по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	
13. Объем производства по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	
14. Объем продаж по видам продукции	307	307	18444	118	4316	098	078	25271	60773	32472	1812	0	0	0	

спонсорство
спонсорство
спонсорство



Объемы и структура продаж по основным видам продукции