



Утверждение:

И.С.

Исполнительный директор



УТВЕРЖДАЮ:
Ш.С. Нагучева

**Основное (организованное) ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ (сезон: Весна 2025)
для организации питания учащихся возрастной категории 12 лет и старше, ОВЗ, инвалиды
в общеобразовательных учреждениях
(завтрак, обед, полдник)**

Общественные учреждения: АРБУ гимназия №1, АРБУ СОШ №2, МБОУ СОШ №3, АРБУ СОШ №4, МААУ СОШ №5, МБОУ СОШ №6
АРБУ СОШ №8, АРБУ СОШ №10, МААУ СОШ №11, АРБУ СОШ №12, МБОУ СОШ №14
АРБУ СОШ №15, МБОУ СОШ №16, АРБУ СОШ №17, МБОУ СОШ №18, МБОУ СОШ №19, МБОУ СОШ №20, АРБУ СОШ №22
АРБУ СОШ №23, АРБУ СОШ №24, МБОУ СОШ №25, МБОУ СОШ №26, МБОУ СОШ №28, МБОУ СОШ №29
МБОУ СОШ №30, АРБУ СОШ №31, МБОУ СОШ №32, АРБУ СОШ №33, МБОУ СОШ №34
МААУ СОШ №35, МБОУ СОШ №36, АРБУ СОШ №37, АРБУ СОШ №38, АРБУ СОШ №39

24.02.25
МО Туапсинский район

Премия	№ рецепта	Наименование блюда	Полная стоимость, г			Средняя стоимость, руб	Витамины					Минеральные вещества, мг/сут						
			Бекон	сыр	укрепачи		А, ретинол, мкг	В1, мг/сут	В2, мг/сут	С, мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо				
Завтрак (25% от суточной потребности витаминов)	ГП	Йогурт 2.5 % жирности	3.75	3.12	19.37	120.60	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	ГП	Сыр Дружба 1 шт	1.50	4.90	0.56	52.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	ТТКС№61	Банники со стуженым молоком 170/30	14.53	68.45	394.00	0.00	0.23	0.21	0.19	157.72	47.92	201.63	2.09	0.36	0.23	2.80	0.23	
	ГП	Батон пшеничный	2.20	8.87	17.40	78.60	0.00	0.03	0.00	0.00	0.00	0.00	0.03	10.94	1.40	2.80	0.23	
	261**	Чай с сахаром	0.07	0.20	10.01	40.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
	Итого (тарма -- не менее 350г):			22.05	23.74	115.79	686.05	0.00	0.26	0.21	0.22	174.36	204.43	2.68	0.23	2.80	0.23	
	Итого завтрак																	
	Обед 33% от суточной потребности витаминов	19**	Салат из свежих помидоров и огурцов	0.96	6.07	3.64	70.00	107.25	0.04	0.03	8.25	19.00	33.91	0.73	0.64	0.64	0.64	0.64
		ТТКС№62	Суп-лапша с курицей 250/25	5.52	8.62	12.78	168.86	119.29	0.05	0.04	0.49	27.92	37.64	3.60	3.60	3.60	3.60	3.60
		184**	Котлеты домашние 95/5	13.33	23.64	11.74	313.33	42.67	0.18	0.12	0.67	15.96	143.76	1.21	1.21	1.21	1.21	1.21
210**		Пюре картофельное	3.67	5.76	24.53	163.80	28.56	0.16	0.13	21.80	44.37	33.30	103.91	1.51	1.51	1.51	1.51	
ГП		Хлеб ржано-пшеничный	3.20	0.48	19.60	88.80	0.00	0.07	0.04	0.00	18.03	60.38	0.52	0.52	0.52	0.52	0.52	
ГП		Хлеб пшеничный	3.60	0.42	26.32	117.50	0.00	0.00	0.03	0.00	9.40	6.38	30.55	0.61	0.61	0.61	0.61	
241**		Компот из смеси сухофруктов	0.59	0.09	28.80	118.80	0.00	0.02	0.02	0.65	29.23	21.10	0.61	0.61	0.61	0.61	0.61	
Итого (тарма -- не менее 800г):			30.88	45.09	127.42	1041.09	297.77	0.51	0.40	31.85	163.90	431.15	8.81	8.81	8.81	8.81		
Итого обед																		
Полдник (15% от суточной потребности витаминов)		ТТКС№68	Горячий бутерброд с сыром и помидорами	6.40	9.60	15.84	254.00	72.90	1.60	0.40	1.08	149.20	88.20	1.70	1.70	1.70	1.70	1.70
	266**	Каша с молоком	4.08	3.54	17.58	118.00	24.40	0.06	0.18	1.58	152.22	124.56	0.48	0.48	0.48	0.48	0.48	
	231**	Яблоки свежие	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	0.02	10.00	16.00	11.00	2.20	2.20	2.20	2.20	2.20	
	Итого (тарма -- не менее 350г):			10.88	13.54	43.22	419.00	97.30	1.69	0.60	12.66	317.42	223.76	4.38	4.38	4.38	4.38	
Итого полдник																		

Прем. вид	№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции, г			Пищевая ценность, г		Углеводы					Энергетическая ценность, ккал					Источники					Минеральные вещества, мкг				
			Белок	Жиры	Углеводы	Апртска/сут	В1, мг/сут	В2, мг/сут	Самг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Кальций	Магний	Фосфор	Кальций	Магний	Фосфор	Кальций	Магний	Фосфор						
Завтрак (25% от суточной потребности)	75*	Икра свекольная	2,37	0,01	22,87	185,30	30,92	0,03	4,20	5,67	59,22	60,92	30,13	1,70													
	ТТК №72	Рыбные палочки	11,16	14,65	16,67	266,00	22,30	0,07	0,06	0,30	24,88	26,62	162,20	0,71													
	210**	Пюре картофельное	3,67	5,76	24,53	163,80	28,56	0,16	0,13	21,80	44,37	33,30	103,91	1,21													
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13													
	ГП	Хлеб пшеничный	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44													
	262**	Чай с лимоном	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	2,40	4,40	0,36													
	весов (норма --- по меню 350г):			650																							
	ИТОГО ЗАВТРАК			22,80	21,16	116,37	843,70	81,98	0,32	4,44	30,59	164,19	142,96	371,86	5,55												
	Обед 35% от суточной потребности	18**	Салат из свежих помидоров	1,10	6,12	4,57	77,00	66,67	0,03	0,03	18,50	17,73	17,45	31,83	0,83												
		62**	Борщ с капустой и картофелем	1,80	4,92	10,93	102,50	168,25	0,05	0,05	10,68	49,73	26,13	54,60	1,23												
ТТК №73		Гуляш из говядины 50/50	7,15	7,78	4,67	150,00	12,00	0,05	0,12	1,78	13,91	20,90	158,42	2,30													
303*		Жульен картофельный	4,80	6,00	28,73	189,60	0,00	0,13	0,02	0,00	13,16	35,88	102,56	1,18													
ГП		Хлеб ржано-пшеничный	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51													
ГП		Хлеб пшеничный	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55													
ТТК №74		Компот из абрикосов	0,27	0,09	22,30	98,50	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32													
ГП		Вафли «золотые яблоки»	1,80	0,30	14,55	55,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00													
весов (норма --- по меню 800г):			915																								
ИТОГО ОБЕД			23,95	26,14	133,34	886,90	249,67	0,34	0,31	52,56	131,15	133,88	447,50	7,91													
Полдник (15% от суточной потребности)	ГП	Печенье «Палочки сгущенки»	2,50	4,00	21,00	130,00	0,00	0,02	0,00	0,00	14,50	10,00	45,00	1,02													
	ГП	Сок в ассортименте	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40													
	231**	Яблоки свежие	0,48	0,48	11,76	56,40	0,00	0,04	0,02	12,00	19,20	10,80	13,20	2,64													
	весов (норма --- по меню 350г):			350																							
	ИТОГО ПОЛДНИК			3,98	4,48	52,76	238,40	0,00	0,07	0,03	16,00	47,70	28,80	72,20	5,06												

Президент	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества (мг/г)				
				белок	жир	углеводы		А, ретинол, мкг	В1, мг	В2, мг	В6, мг	С, мг	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	
Завтрак (25% от потребности суточной)	16**	Салат из свежих овощей	100	0,75	6,00	2,33	66,00	0,00	0,02	0,03	4,68	23,33	13,17	39,58	0,57		
	189**	Фрикадельки из говядины в соусе 50/50	100	8,63	8,24	8,10	141,00	12,50	0,04	0,07	1,75	22,40	14,51	93,63	1,33		
	303*	Каша овсяная гречневая	180	5,49	6,00	24,62	174,60	0,00	0,13	0,02	0,00	10,13	35,88	102,56	1,18		
	ГП	Хлеб ржанно-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13		
	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44		
	ГП	Сок в ассортименте	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40		
	весов (тарки) - не менее 35(кг):			650													
	ИТОГО ЗАВТРАК			21,34	20,96	92,15	590,20	12,50	0,25	0,19	10,43	91,38	91,28	320,98	6,05		
	Обед (33% от суточной потребности)	47*	Салат из кашеной муки	100	1,70	5,00	8,45	85,70	0,00	0,02	0,03	19,81	52,25	16,01	33,95	0,67	
		108*	Суп картофельный с клецками	250	3,56	4,59	18,79	143,75	21,05	0,01	0,08	5,75	33,40	25,35	72,23	1,18	
ТТК №69		Жаркое по-домашнему (свинина) 90/160	250	17,57	42,14	38,52	547,00	0,00	0,29	0,31	36,30	37,75	72,11	358,11	5,30		
ГП		Хлеб ржанно-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51		
ГП		Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	123,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55		
ТТК №70		Компот из красной смородины	180	0,27	0,09	22,30	98,50	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32		
231**		Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20		
весов (тарки) - не менее 80(кг):			970														
ИТОГО ОБЕД			30,53	53,15	145,46	1135,75	23,80	0,42	0,52	93,46	176,03	156,00	575,37	11,72			
Полдник (15% от суточной потребности)		ТТК №71	Макаронны отварные с сыром	180	17,60	9,07	42,53	334,00	44,93	0,07	0,07	0,05	168,00	14,67	133,33	1,03	
	ГП	Хлеб ржанно-пшеничный	31	2,48	0,37	15,19	68,82	0,00	0,05	0,03	0,00	13,97	14,59	46,72	1,17		
	ГП	Хлеб пшеничный	42	3,22	0,38	21,00	105,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,40	5,88	27,30	0,46		
	261**	Чай с сахаром	180	0,06	0,18	9,01	36,00	0,00	0,00	0,00	0,03	9,85	1,26	2,52	0,21		
	весов (тарки) - не менее 35(кг):			433													
ИТОГО ПОЛДНИК			23,36	10,00	87,53	543,82	44,93	0,12	0,13	0,08	200,22	36,40	209,87	2,87			

НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: 2

Прочее	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г			Плотность, кг/л			Усредненные значения			Энергетическая ценность, ккал	Витамин			Минеральные вещества, мг/л			№ рецептуры
			веса	жир	углевод	веса	жир	углевод	А	В	С		Кальций	Магний	Фосфор				
Завтрак (25% от суточной потребности)	141**	Омлет натуральный	200	20,19	30,48	3,68	457,63	0,11	0,69	0,32	149,73	25,20	332,08	3,71					
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,60	0,24	11,00	41,40	0,04	0,26	0,12	56,15	9,45	124,53	1,39					
	ГП	Батон пшеничный	20	2,20	0,87	17,40	0,00	0,03	0,00	0,00	5,70	3,90	0,00	0,36					
	ГП	Пряники	34	2,05	3,40	25,16	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
	264**	Кофейный напиток с молоком	200	3,16	2,68	15,94	20,00	0,04	0,16	1,30	125,78	14,00	90,00	0,14					
	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20					
	всего(порция - по меню 350г):			574															
	ИТОГО ЗАВТРАК			29,60	38,07	82,98	727,40	0,25	1,13	11,74	353,36	61,55	557,61	7,80					
	Обед (35% от суточной потребности)	54-21з	Кукуруза консервированная	100	2,00	0,33	10,17	52,17	0,02	0,03	1,92	36,67	11,33	35,00	0,32				
		72**	Рассольник ленинградский	250	2,02	5,10	12,00	103,00	0,10	0,05	8,13	29,15	24,18	56,73	0,93				
ГП №77		Котлеты из куриного филе	100	15,84	15,22	17,13	260,00	0,07	0,08	0,62	29,33	64,00	144,00	1,38					
210**		Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	163,80	0,16	0,13	21,80	44,37	33,50	103,91	1,21					
ГП		Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51					
ГП		Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55					
236**		Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,02	0,81	12,76	4,63	3,96	0,85					
всего(порция - по меню 500г):			900																
ИТОГО ОБЕД			30,71	27,49	136,53	897,37	0,41	0,38	33,27	180,31	163,26	436,38	6,73						
Полдник (15% от суточной потребности)		3*	Бутерброд с сыром 60/10/30	100	11,60	16,60	29,66	314,00	0,08	0,14	0,22	278,40	18,90	192,00	0,98				
	262**	Чай с лимоном	180	0,12	0,01	13,68	55,80	0,00	0,00	2,50	12,78	2,16	3,96	0,36					
	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20					
	ГП	Вафли «солотце мёд»	15	1,80	0,30	14,55	55,50	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00					
	всего (порция - по меню 350г):			395															
ИТОГО ПОЛДНИК			13,92	17,31	67,69	472,30	0,13	0,16	12,72	307,18	30,16	206,96	3,54						

НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: 5

Прези мши	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пшеница пшеница, г			Энергетическая ценность, ккал	Выходов				Информация о вводе (показатели)			
				белок	жир	углеводы		А.р.с.в.с.т.	В1.м.с.т.	В2.м.с.т.	С.м.с.т.	Кальций	Магний	Фосфор	К
Завтрак (25% от потребности суточной энергии)	ТТКС№67	Котлеты Южные	100	12,70	21,70	13,96	298,00	42,67	0,18	0,12	0,67	15,96	20,93	143,76	3,60
	207**	Макаронн. отварные с маслом	180	6,62	5,42	31,73	201,60	22,08	0,07	0,00	0,00	5,83	23,34	44,60	1,33
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,32	14,12	45,21	1,13
	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,95	1,40	2,80	0,23
			<i>весом (порция — по меню 550г): 550</i>												
			ИТОГО ЗАВТРАК				706,20	64,75	0,30	0,18	0,70	54,26	67,39	262,37	6,73
Обед (35% от потребности суточной энергии)	54**	Огурцы свежие	100	0,70	0,10	1,90	12,00	11,70	0,04	0,02	4,90	17,00	14,00	30,00	0,50
	78**	Суп картофельный с горохом	250	5,50	5,28	16,53	147,50	121,50	0,23	0,08	5,83	42,68	35,58	88,10	2,05
	ТТКС№75	Плов из говядины 85/165	250	27,92	28,51	49,50	561,00	32,70	0,11	0,17	2,24	24,25	53,61	278,99	3,51
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51
	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
ТТКС№78	Напиток из шиповника с сахаром	180	0,54	0,18	16,48	58,70	88,20	0,01	0,04	72,00	9,90	2,70	2,70	0,18	
			<i>весом (порция — по меню 800г): 870</i>												
			ИТОГО ОБЕД				993,00	254,10	0,45	0,38	84,97	121,86	131,72	492,57	8,59
ПОЛДНИК (15% от потребности суточной энергии)	ТТКС№76	Блинчики со стухнутым молоком 170/30	200	14,53	14,65	68,45	394,00	0,00	0,23	0,21	0,19	157,72	47,92	201,63	2,09
	386*	Кефир 1 шт 200гр 2,5%	200	5,80	5,00	8,00	100,00	40,00	0,08	0,34	1,40	240,00	28,00	180,00	0,20
				<i>весом (порция — по меню 350г): 400</i>											
			ИТОГО ПОЛДНИК				494,00	40,00	0,31	0,55	1,59	397,72	75,92	381,63	2,29

Прем. вид	№ рецептур	Наименование блюда	Масса порции	Ветер	жир	Углеводн	Энергетическая ценность	Апр. в %	В. в %	Б. в %	Амортизационные отчисления / руб.					
											Средн	Кварт	Год	Итого		
НЕДЕЛЯ: 1 // ДЕНЬ: СУББОТА																
Завтрак (25% от суточной потребности) потребности	47*	Салат из капустной капусты	100	1,70	5,00	4,76	85,70	0,00	0,02	0,03	19,81	52,54	16,01	33,95	0,67	
	187**	Тейфрени мясные (говядина) 65/35	100	8,37	8,77	9,06	149,09	13,00	0,05	0,08	3,11	37,66	16,66	103,49	1,34	
	303*	Каша овсяная гречневая	180	5,49	6,00	24,62	174,60	0,00	0,13	0,02	0,00	10,13	35,88	102,56	1,18	
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	4,12	45,21	1,13	
	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,03	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44	
	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,00	0,03	10,95	1,40	2,80	0,23	
	231**	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	ГП	Вафли «слоотце моён»	30	3,60	0,60	29,10	111,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			<i>всего (порция - не менее 350г):</i>	780												
			ИТОГО ЗАВТРАК		25,10	21,69	124,45	773,99	13,00	0,30	0,21	32,95	148,80	98,67	325,01	7,18
Обед 35% от суточной потребности потребности	36**	Салат из свеклы с сыром	100	4,67	9,38	7,19	131,00	38,50	0,02	0,07	5,77	161,70	22,98	1,28	1,28	
	66**	Щи из свеклы капусты с картофелем (с куршей) 50/25	275	1,78	-1,95	7,90	87,50	140,25	0,05	0,05	15,78	49,25	22,13	49,00	0,83	
	207**	Макаронные отварные с маслом	180	6,62	5,12	31,73	201,60	22,08	0,07	0,00	0,00	5,83	25,34	44,60	1,33	
	ТТК№37	Мясная котлета (говядина) с соусом 50/50	100	15,94	20,97	3,45	251,55	55,56	0,06	0,13	1,90	12,26	23,02	166,06	2,13	
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51	
	ГП	Хлеб пшеничный	43	3,30	0,39	24,00	107,50	0,00	0,00	0,03	0,00	8,60	6,02	27,95	0,47	
	ТТК №70	Колбаски из красной смородины	200	0,30	0,10	24,78	109,44	3,06	0,01	0,01	24,00	9,56	8,56	8,11	0,36	
			<i>всего (порция - не менее 300г):</i>	938		41,69	118,63	977,39	259,44	0,28	0,33	47,45	265,22	126,87	357,28	8,21
			ИТОГО ОБЕД		35,81	41,69	118,63	977,39	259,44	0,28	0,33	47,45	265,22	126,87	357,28	8,21
	ПОЛДНИК (15% от суточной потребности потребности)	143**	Ябло отварное	40	4,80	4,00	0,30	56,60	100,00	0,03	0,18	0,00	22,00	5,00	77,00	1,00
11**		Сыр поршиши	15	3,48	4,13	0,00	54,00	39,00	0,01	0,05	0,11	132,00	5,25	75,00	0,15	
ГП		Хлеб ржано-пшеничный	33	2,64	0,40	16,17	73,26	0,00	0,06	0,03	0,00	14,87	15,53	49,73	1,24	
ГП		Хлеб пшеничный	30	2,30	0,27	15,00	75,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33	
ТТК№78		Напиток из лимонника с сахаром	200	0,60	0,20	18,32	65,22	98,00	0,01	0,04	80,00	11,00	3,00	3,00	0,53	
231**		Апельсины свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	0,00	0,03	0,02	5,00	19,00	12,00	16,00	2,30	
		<i>всего (порция - не менее 350г):</i>	418		9,60	60,09	371,08	237,00	0,13	0,34	85,11	204,87	44,98	240,23	5,56	
		ИТОГО ПОЛДНИК		14,22	9,60	60,09	371,08	237,00	0,13	0,34	85,11	204,87	44,98	240,23	5,56	

Прочее	№ рецептуры	Наименование блюда	Порций поштучно			Витамин			Аминокислоты (мг/100г)								
			Вес	Кол-во	Цена	Вит. А	Вит. В	Вит. С	Лизин	Фенил	Трипто						
НЕДЕЛЯ: 2 // ДЕНЬ: 7																	
Завтрак (25% от суточной потребности)	ПП	Потребление пищевых продуктов	Котлеты из куриного филе	15,84	17,13	260,00	0,00	0,07	0,08	0,62	29,33	64,00	144,00	1,38			
			Пюре картофельное	3,67	24,53	163,80	28,56	0,16	0,13	21,80	44,37	33,30	103,91	1,21			
			Хлеб ржано-пшеничный	2,40	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13			
			Хлеб пшеничный	3,07	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44			
			Сок в ассортименте	1,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	4,00	14,00	8,00	14,00	1,40			
Итого завтрак			25,98	98,77	632,40	28,56	0,29	0,27	26,42	109,22	125,02	333,12	5,55				
Обед (35% от суточной потребности)	ПП	Вспестр	Салат из свежих помидоров и огурцов	0,96	6,07	70,00	107,25	0,04	0,03	8,25	19,00	16,04	33,91	0,73			
			Борщ с капустой и картофелем	1,8	10,93	102,5	168,25	0,05	0,05	10,68	49,73	26,13	54,6	1,23			
			Рыбные пельмени	11,16	16,67	266,00	22,50	0,07	0,06	0,30	24,88	26,62	162,20	0,71			
			Рис припущенный	4,37	44,00	239,94	22,08	0,02	0,02	0,00	2,90	22,81	72,72	0,62			
			Хлеб ржано-пшеничный	3,20	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,03	18,83	60,28	1,51			
			Хлеб пшеничный	3,83	28,00	125,00	0,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55			
			Компот из смеси сухофруктов	0,59	28,80	118,80	0,00	0,02	0,02	0,65	29,23	15,71	21,10	0,61			
			Итого обед			25,92	151,64	1011,04	320,08	0,26	0,25	19,87	153,76	133,13	437,31	5,95	
			Полдник (15% от суточной потребности)	ПП	ПОЛДНИК	Омлет натуральный	20,19	3,68	368,00	457,63	0,11	0,69	0,32	149,73	25,20	332,08	3,71
						Хлеб ржано-пшеничный	2,40	14,70	66,60	0,00	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
Хлеб пшеничный	3,07	22,40				100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44			
Компот из кислой смородины	0,27	22,30				98,50	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32			
Итого полдник						25,92	63,08	633,10	460,38	0,17	0,76	21,92	179,85	52,62	410,59	5,60	

Продукт питания	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Объем	Взвешивание	Упаковка	Эквивалентность	Ингредиенты			Калорийность	Жиры	Белки	Углеводы
								Взвешивание	Взвешивание	Взвешивание				
Завтрак (25% от суточной потребности)	18**	Сылят из свежих помидорок	100	1,10	6,12	-4,57	77,00	0,03	0,03	18,50	17,73	17,45	31,83	0,83
	ТТКС682	Плов из курицы 80/170	250	21,18*	14,08	44,67	440,62	0,16	0,16	7,54	20,44	67,55	219,16	5,46
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,36	14,70	66,60	0,05	0,03	0,00	13,52	14,12	45,21	1,13
	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44
	261**	Чай с сахаром	200	0,07	0,20	10,01	40,00	0,00	0,00	0,03	10,94	1,40	2,80	0,23
		Итого (порция - не менее 350г)	620	27,81	21,12	96,35	724,22	0,22	0,25	26,07	70,64	106,12	323,01	8,10
Обед (35% от суточной потребности)	306*	Горошек консервированный	100	2,88	2,72	5,78	59,20	0,07	0,03	9,70	23,92	20,18	61,33	0,70
	66**	ЦДп из свежей капусты с картофелем (с курицей) 250/25	275	1,78	4,95	7,90	87,50	0,05	0,05	15,78	49,25	22,13	49,00	0,83
	187**	Тертая мясная (говядина) 65/35	100	8,37	8,77	9,06	149,09	0,05	0,08	3,11	37,66	16,66	103,49	1,34
	210**	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	163,80	0,16	0,13	21,80	44,37	33,30	103,91	1,21
	ГП	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	18,03	18,83	60,28	1,51
	ГП	Хлеб пшеничный	50	3,83	0,45	28,00	125,00	0,00	0,03	0,00	10,00	7,00	32,50	0,55
	236**	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,14	0,14	25,09	102,60	0,00	0,00	0,81	12,76	4,63	3,96	0,85
	287**	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00	0,08	0,12	0,04	50,80	21,60	90,20	0,90
		Итого (порция - не менее 800г)	1000	33,10	28,76	149,15	977,99	0,47	0,50	51,23	246,79	144,32	504,68	7,87
	Полдник (15% от суточной потребности)	ГП	Печенье «Полочки синтлочки»	30	2,50	4,00	21,00	130,00	0,00	0,02	0,00	14,50	10,00	45,00
ГП		Молоко 0,2 3,2% (в индивидуальной упаковке)	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,00	0,00	2,00	240,00	7,00	18,00	1,00
231**		Яблоки свежие	120	0,48	0,48	11,76	56,40	0,00	0,04	12,00	19,20	10,80	13,20	2,64
		Итого (порция - не менее 350г)	350	8,98	10,88	42,16	306,40	0,00	0,06	14,00	273,70	27,80	76,20	4,66
		Итого полдник												

СЕЗОН: Весна **ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше**
Полдник

Показатели	Пищевая ценность, г		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг/сут					
	белок	жир		Углеводы	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (супотребил) по СанПиН 2.3.2.4.3590-20	90	92	383	383	2720	900	1,1	1,6	70	1200	1200	300	18
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (факт) — 35% от суточной потребности по СанПиН 2.3.2.4.3590-20	31,50	31,00	95,75	680,00	952,00	245,00	0,40	0,50	24,50	420,00	420,00	105,00	6,30
Излишество (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ) — среднее значение за 12 дней	21,47	21,56	100,11	703,62	979,18	201,22	0,70	0,30	45,99	164,05	134,87	440,21	3,95

СЕЗОН: Весна **ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше**
Обед

Показатели	Пищевая ценность, г		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг/сут					
	белок	жир		Углеводы	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (супотребил) по СанПиН 2.3.2.4.3590-20	90	92	383	383	2720	900	1,1	1,6	70	1200	1200	300	18
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (факт) — 35% от суточной потребности по СанПиН 2.3.2.4.3590-20	31,50	32,20	134,05	952,00	952,00	245,00	0,40	0,50	24,50	420,00	420,00	105,00	6,30
Излишество (35% от суточной потребности потребления пищевых веществ) — среднее значение за 12 дней	11,96	34,98	133,01	979,18	979,18	201,22	0,70	0,30	45,99	164,05	134,87	440,21	3,95

СЕЗОН: Весна **ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше**
Полдник

Показатели	Пищевая ценность, г		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг/сут					
	белок	жир		Углеводы	В1,мг/сут	В2,мг/сут	С,мг/сут	Кальций	Магний	Фосфор	Железо		
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (супотребил) по СанПиН 2.3.2.4.3590-20	90	92	383	383	2720	900	1,1	1,6	70	1200	1200	300	18
Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (факт) — 15% от суточной потребности по СанПиН 2.3.2.4.3590-20	13,5	13,8	57,45	408	408	135	0,21	0,24	10,5	180	180	45	2,7
Излишество (15% от суточной потребности потребления пищевых веществ) — среднее значение за 12 дней	14,85	14,30	63,75	436,30	436,30	118,33	0,40	1,51	22,73	220,96	40,17	212,51	3,95

Продукты	М. Реализации	Итого за период				Итого за период				Итого за период				Место	
		Масса	Цена	Вал. Ц.	Вал. Ц.	Масса	Цена	Вал. Ц.	Вал. Ц.	Масса	Цена	Вал. Ц.	Вал. Ц.		
ПЕДЕЛЯ: 2 И ДЕНЬ: СУББОТА															
Завтрак (25% от суточной потребности питания)	75*	100	2,37*	0,01	22,87	185,30	30,92	0,03	4,20	5,67	59,22	60,92	30,13	1,70	
	189**	100	8,63	8,24	8,10	141,00	12,50	0,04	0,07	1,75	22,40	14,51	93,63	1,53	
	303*	180	4,80	6,00	28,73	189,60	0,00	0,13	0,02	0,00	13,16	35,88	102,56	1,18	
	ГП	35	2,80	0,42	77,15	77,70	0,00	0,06	0,04	0,00	15,77	16,47	52,75	1,32	
	ГП	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44	
	ГП	200	1,00	0,00	20,00	42,00	0,00	0,01	0,01	3,00	14,00	8,00	14,00	1,40	
	231**	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,03	0,02	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
	ГП	30	2,30	4,00	21,00	130,00	0,00	0,02	0,03	16,67	26,67	15,00	18,33	1,02	
			785	25,57	19,43	150,04	912,60	43,42	0,33	4,42	38,08	175,21	165,48	148,40	10,58
			Итого ЗАВТРАК												
Обед (35% от суточной потребности питания)	18**	100	1,10	6,12	4,57	77,00	66,67	0,03	0,03	18,50	17,73	17,45	11,81	0,81	
	ТТК №62	275	5,52	8,62	12,78	168,86	119,29	0,05	0,04	0,39	27,92	10,41	17,61	0,61	
	ТТК №82	230	21,18	14,08	44,67	440,62	9,98	0,14	0,16	7,51	20,14	67,55	119,16	5,46	
	ГП	40	3,20	0,48	19,60	88,80	0,00	0,07	0,04	0,00	18,01	18,81	60,38	1,51	
	ГП	40	3,07	0,36	22,40	100,00	0,00	0,00	0,03	0,00	8,00	5,60	26,00	0,44	
	ТТК №70	180	0,27	0,09	22,30	98,50	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,12	
		885	34,34	29,75	126,32	973,78	198,68	0,30	0,31	48,13	100,71	127,56	382,22	9,20	
		Итого ОБЕД													
Полдник (15% от суточной потребности питания)	ТТК №71	180	17,60	9,07	42,33	334,00	44,93	0,07	0,07	0,05	168,00	14,67	133,33	1,03	
	ГП	21	1,68	0,25	10,29	46,62	0,00	0,04	0,02	0,00	9,46	9,88	31,65	0,79	
	ГП	30	2,30	0,27	16,80	75,00	0,00	0,00	0,02	0,00	6,00	4,20	19,50	0,33	
	ТТК №74	180	0,27	0,09	22,30	98,50	2,75	0,01	0,01	21,60	8,60	7,70	7,30	0,32	
			411	21,85	9,68	91,72	554,12	47,68	0,11	0,12	27,65	192,06	36,45	191,78	2,47
		Итого ПОЛДНИК													

Протумеровано II
протинуровано

на 14. листак

Директор: *[Signature]* Нагучева Д.С.

