



Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я День 1-й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Наггетсы	100	11,91	5,70	17,64	169,50	71	595/22
	Ризотто	180	4,01	4,87	30,03	180,00	36	381/22
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	104	501/21
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749/22
<b>итого за завтрак</b>		<b>660</b>	<b>19,99</b>	<b>12,15</b>	<b>118,93</b>	<b>671,61</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	22,50	23,00	95,75	680,00		
		<b>отклонение от нормы +/- %</b>	-2,79	-11,79	6,05	-0,31		
неделя 1-я День 1-й	<b>ОБЕД</b>							
	Горошек зелёный	100	2,83	0,17	5,83	36,83	5	54-20з/22
	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	1,44	5,17	6,19	77,00	21	93/21
	Омлет с сыром	215	14,56	28,06	4,61	329,21	52	418/22
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	12	53-19з/22
	Кофейный напиток с молоком	200	6,32	4,99	27,51	179,39	98	465/21
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>28,53</b>	<b>47,15</b>	<b>97,71</b>	<b>929,61</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	31,50	32,20	134,05	952,00		
		<b>отклонение от нормы +/- %</b>	-3,30	16,25	-9,49	-0,82		
неделя 1-я День 1-й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,08	0,20	20,20	86,00	104	501/21
	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	120	10,03	4,02	15,14	136,85	72	614/22
Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.	
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>12,51</b>	<b>4,72</b>	<b>48,37</b>	<b>285,03</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	9,00	9,20	38,30	272,00		
		<b>отклонение от нормы +/- %</b>	3,90	-4,88	2,63	0,48		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	48,52	59,30	216,64	1601,22
<b>Норма по СанПин 60%</b>	54,00	55,20	229,80	1632,00
<b>отклонение от нормы (+/-) %</b>	-6,09	4,46	-3,44	-1,13

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	41,04	51,87	146,08	1214,64
<b>Норма по СанПин 45%</b>	40,50	41,40	172,35	1224,00
<b>отклонение от нормы (+/-) %</b>	0,60	11,38	-6,86	-0,34

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	61,03	64,02	265,00	1886,24
<b>Норма по СанПин 70%</b>	63,00	64,40	268,10	1904,00
<b>отклонение от нормы (+/-) %</b>	-2,19	-0,42	-0,81	-0,65

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 2 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Печень по-строгановски	120	17,40	11,66	7,65	190,05	55	255/17
	Макароны отварные и /овощи консервирован. Отварные (сложный гарнир)	180 30	6,66 0,60	5,94 0,08	26,76 3,08	188,34 15,67	49 49	256 / 21 157/21
	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	28,20	86	457 / 21
	Блины со сметаной	80 /10	5,82	5,69	23,032	150,11	80	396/17
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>690</b>	<b>33,08</b>	<b>24,39</b>	<b>100,83</b>	<b>729,15</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			11,75	1,51	1,33	1,81		
неделя 1 -я День 2 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	10	53 / 21
	Суп картофельный с крупой	250	2,78	3,53	12,30	92,03	28	114/21
	Говядина тушёная с капустой	200	12,68	17,00	17,17	272,43	59	500 / 22
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	104	501 / 21
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,06	5,04	22,73	144,49	15	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.	
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22	
<b>итого за обед</b>		<b>990</b>	<b>23,68</b>	<b>31,14</b>	<b>149,36</b>	<b>974,63</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-8,69	-1,15	4,00	0,83		
неделя 1 -я День 2 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисель малиновый с яблоком	200	0,06	0,00	12,81	51,48	95	484/21
	Биточки из печени и /соус молочный	105 20	7,31 0,41	5,32 1,05	15,17 1,41	137,44 16,76	57 57	ТТК 478/22 326/17
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>9,18</b>	<b>6,87</b>	<b>42,43</b>	<b>267,85</b>		
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,20	-2,54	1,08	-0,15		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	56,76	55,52	250,20	1703,78
Норма по СанПин	60%	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы ( + / - ) %		3,07	0,35	5,33
			2,64	

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	32,86	38,00	191,79	1242,48
Норма по СанПин	45%	40,50	41,40	172,35
отклонение от нормы ( + / - ) %		-8,49	-3,69	5,08
			0,68	

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	65,94	62,39	292,62	1971,63
Норма по СанПин	70%	63,00	64,40	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %		3,27	-2,19	6,40
			2,49	

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

## 1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1-я	<b>ЗАВТРАК</b>								
	Запеканка из творога с какао и / соус абрикосовый	160	19,44	7,49	29,20	258,89	53	424/22	
	Кофейный напиток с молоком	40	0,76	0,00	14,06	59,28	53	687 / 22	
	3-й	Кофейный напиток с молоком	200	6,50	5,10	15,70	134,20	99	54-23п/22
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	12	53-19з/22	
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.	
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22	
<b>итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>28,00</b>	<b>20,71</b>	<b>89,54</b>	<b>660,08</b>			
Норма по СанПин		<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>			
отклонение от нормы (+ / -) %			6,11	-2,49	-1,62	-0,73			
неделя 1-я День 3-й	<b>ОБЕД</b>								
	Овощи консервированные порциями (капуста квашеная)	100	1,71	5,00	8,24	84,82	4	149 / 21	
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	3,58	14,60	115,75	27	113 / 21	
	3-й	Рыба запечённая	120	20,82	12,11	14,17	251,79	76	444/22
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	46	312/17	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	92	54-1хн/22	
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.	
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>36,28</b>	<b>28,02</b>	<b>134,81</b>	<b>939,11</b>			
Норма по СанПин		<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>			
отклонение от нормы (+ / -) %			5,31	-4,55	0,20	-0,47			
неделя 1-я День 3-й	<b>ПОЛДНИК</b>								
	Кисломолочный напиток								
	1-я	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
	3-й	Котлеты морковные с творогом	125	4,30	4,19	11,46	100,73	43	152 / 17
	Хлеб пш. (батон)	30	1,16	0,57	11,09	54,10	17	Пром.пр.	
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>11,25</b>	<b>9,76</b>	<b>30,55</b>	<b>255,83</b>			
Норма по СанПин		<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>			
отклонение от нормы (+ / -) %			2,50	0,61	-2,02	-0,59			

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>64,27</b>	<b>48,72</b>	<b>224,35</b>	<b>1599,19</b>
Норма по СанПин		<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			11,42	-7,04	-1,42
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,21		

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>47,53</b>	<b>37,77</b>	<b>165,36</b>	<b>1194,94</b>
Норма по СанПин		<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			7,81	-3,94	-1,83
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,07		

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>75,53</b>	<b>58,48</b>	<b>254,90</b>	<b>1855,02</b>
Норма по СанПин		<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы (+ / -) %			13,92	-6,43	-3,45
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,80		

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я День 4-й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	5,20	80,86	8	68 / 22
	Говядина тушная	100	6,80	5,69	9,01	114,45	58	499 / 22
	Картофель по-деревенски с сыром	180	5,34	13,05	28,38	252,26	47	645/22
	Компот из яблок с лимоном	200	0,29	0,22	9,28	39,15	93	827/22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>650</b>	<b>15,73</b>	<b>26,15</b>	<b>85,58</b>	<b>643,50</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-7,52	3,43	-2,66	-1,34		
неделя 1-я День 4-й	<b>ОБЕД</b>							
	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/22
	Суп из овощей со сметаной	250	2,12	5,19	6,49	81,08	29	116 / 21
	Котлеты школьные	100	15,30	11,00	13,30	213,00	69	347/21
	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	21,03	160,17	34	303/17
	Кондитерские изделия (вафли)	33	1,29	10,10	19,32	173,32	16	Пром.пр.
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1053</b>	<b>34,08</b>	<b>39,50</b>	<b>126,00</b>	<b>996,93</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,87	7,94	-2,10	1,65		
неделя 1-я День 4-й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток							
	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
	Зразы картофельные	125	1,81	4,15	16,63	111,09	45	150/17
4-й	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>8,21</b>	<b>9,54</b>	<b>40,89</b>	<b>283,04</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,88	0,37	0,68	0,41		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>49,81</b>	<b>65,66</b>	<b>211,58</b>	<b>1640,43</b>
Норма по СанПин	54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-4,66	11,37	-4,76	0,31

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>42,29</b>	<b>49,04</b>	<b>166,89</b>	<b>1279,97</b>
Норма по СанПин	40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	1,99	8,30	-1,42	2,06

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>58,01</b>	<b>75,19</b>	<b>252,47</b>	<b>1923,47</b>
Норма по СанПин	63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %	-5,54	11,73	-4,08	0,72

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
<b>1-я День</b>	Овощи консервированные порциями (капуста квашеная)	100	1,71	5,00	8,24	84,82	4	149 / 21
<b>5-й</b>	Биточки рыбные	110	15,16	5,70	13,05	149,08	78	307/21
	Рагу из овощей	180	3,00	4,02	28,98	164,09	39	334/22
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	104	501 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>670</b>	<b>23,27</b>	<b>16,06</b>	<b>110,60</b>	<b>664,42</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>0,85</b>	<b>-7,54</b>	<b>3,88</b>	<b>-0,57</b>		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
<b>1-я День</b>	Морковь с яблоком	100	0,97	4,82	8,20	78,29	7	22 / 21
<b>5-й</b>	Суп куриный	250	4,88	3,84	12,06	102,34	31	278/22
	Запеканка из творога с какао и / соус абрикосовый	230	28,67	10,81	35,17	370,72	54	224/22
		20	0,26	0,00	6,78	31,16	54	687 / 22
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>990</b>	<b>43,84</b>	<b>26,48</b>	<b>125,58</b>	<b>937,67</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>13,72</b>	<b>-6,21</b>	<b>-2,21</b>	<b>-0,53</b>		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
<b>1-я День</b>	Компот из яблок с лимоном	200	0,29	0,22	9,28	39,15	93	827/22
<b>5-й</b>	Рыба, запечённая с яйцом	140	15,31	7,17	7,15	170,22	77	301 / 21
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,26	10,84	47,30	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>16,00</b>	<b>7,65</b>	<b>27,27</b>	<b>256,68</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>7,78</b>	<b>-1,68</b>	<b>-2,88</b>	<b>-0,56</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>67,11</b>	<b>42,55</b>	<b>236,19</b>	<b>1602,09</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>14,57</b>	<b>-13,75</b>	<b>1,67</b>	<b>-1,10</b>

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>59,85</b>	<b>34,13</b>	<b>152,86</b>	<b>1194,34</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>21,50</b>	<b>-7,90</b>	<b>-5,09</b>	<b>-1,09</b>

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>83,11</b>	<b>50,20</b>	<b>263,46</b>	<b>1858,76</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
<b>отклонение от нормы (+ / -) %</b>	<b>22,35</b>	<b>-15,44</b>	<b>-1,21</b>	<b>-1,66</b>

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 6 -й	Говядина тушеная с картофелем	200	11,18	12,78	25,01	259,81	60	501/22
	Оладьи и / соус шоколадный	60	2,36	6,30	15,07	113,83	82	225/17
		25	0,64	0,50	7,17	35,78	82	692 / 22
	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	3,77	14,67	111,04	100	465 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>565</b>	<b>21,43</b>	<b>24,501</b>	<b>102,05</b>	<b>700,892</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,19	1,63	1,65	0,77		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 6 -й	Свекла с яблоком	100	1,09	1,06	13,59	60,09	9	93/ 22
	Щи "Новгородские" (со сметаной)	250	3,09	3,56	12,65	94,98	24	287 /22
	Котлеты нежные	100	18,74	11,07	11,38	220,12	74	373/21
	Плов с изюмом и /овоци консервированные отварные	135	3,66	9,17	25,17	197,82	50	194/17
		45	0,9	0,15	4,575	23,475	50	157/21
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	104	501 /21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	44	2,05	0,73	19,11	91,19	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1024</b>	<b>31,93</b>	<b>26,788</b>	<b>148,77</b>	<b>958,541</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			0,48	-5,88	3,84	0,24		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 6 -й	Чай с молоком	200	2,08	1,32	7,41	49,86	89	460 / 21
	Голубцы ленивые с соусом	120	5,30	5,83	24,01	159,79	64	524 /22
	Хлеб ржаной	34	1,59	0,56	14,77	70,47	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>354</b>	<b>8,97</b>	<b>7,710</b>	<b>46,19</b>	<b>280,117</b>		
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,04	-1,62	2,06	0,30		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		53,36	51,29	250,82	1659,43
Норма по СанПин		60%	54,00	55,20	1632,00
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,71	-4,25	5,49

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		40,90	34,50	194,96	1238,66
Норма по СанПин		45%	40,50	41,40	1224,00
отклонение от нормы (+ / -) %			0,44	-7,50	5,90

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		62,33	59,00	297,01	1939,55
Норма по СанПин		70%	63,00	64,40	1904,00
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,74	-5,87	7,55

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2-я День	Омлет натуральный и /овощи	150	13,64	19,59	3,33	244,23	51	268 / 21
	консервированные отварные (сложный гарнир)	50	1,42	0,08	2,92	18,42	51	157 / 21
	Чай с молоком	200	4,60	3,30	13,20	100,50	88	460 / 21
7-й	Сыр твёрдых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	13	54-1з/22
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за завтрак</b>		<b>620</b>	<b>29,93</b>	<b>33,487</b>	<b>73,72</b>	<b>718,813</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			8,25	11,40	-5,75	1,43		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2-я День	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	5,20	80,86	8	68 / 22
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,99	5,22	7,14	83,50	22	95 / 21
	Тефтели из говядины с соусом	100	9,04	9,06	17,60	193,45	67	546/22
7-й	Каша вязкая (ячневая)	180	3,89	5,07	24,29	158,32	35	103/17
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	104	501 / 21
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,825	21,72	103,63	19	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>20,75</b>	<b>27,265</b>	<b>135,44</b>	<b>875,526</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-11,94	-5,36	0,36	-2,81		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2-я День	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	28,20	86	457 / 21
	Бутерброд с сыром (сыр твердых сортов)	15	3,50	4,40	0,00	53,80	14	3 / 17
7-й	масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	14	
	хлеб пшеничный)	20	0,40	0,26	10,84	47,30	14	
	Кондитерское изделие (печенье)	18	1,23	3,024	13,24	72,50	15	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за полдник</b>		<b>358</b>	<b>5,99</b>	<b>11,684</b>	<b>40,53</b>	<b>281,851</b>		
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,35	2,70	0,58	0,36		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	50,68	60,75	209,17	1594,34
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-3,69	6,04	-5,39	-1,38

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	26,74	38,95	175,97	1157,38
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-15,29	-2,66	0,94	-2,45

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	56,66	72,44	249,69	1876,19
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-7,04	8,74	-4,81	-1,02

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Рыба тушёная в томате с овощами	120	17,13	12,02	7,06	204,90	75	299/22
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	46	312/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	104	501 /21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>24,68</b>	<b>19,29</b>	<b>96,26</b>	<b>656,73</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,42	-4,03	0,13	-0,86		
неделя 2 -я День 8 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Огурец с капустой	100	1,32	2,67	3,88	45,30	3	52 / 22
	Солянка домашняя	250	8,11	9,91	6,01	120,32	25	221 / 22
	Суфле из печени	120	16,11	11,29	10,03	206,12	56	488/22
	Макароны с овощами	180	5,96	6,46	31,51	200,37	48	205/17
	Кофейный напиток с молоком	200	6,32	4,99	27,51	179,39	98	465 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Флоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1040</b>	<b>41,08</b>	<b>37,03</b>	<b>133,21</b>	<b>999,66</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			10,64	5,25	-0,22	1,75		
неделя 2 -я День 8 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток							
	Кефир (м. д. ж. 2,5% )	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
	Котлеты картофельные с творогом	140	3,94	11,13	17,82	187,21	44	149 / 17
	Хлеб пш. (батон )	20	0,77	0,38	10,28	45,22	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>10,51</b>	<b>16,51</b>	<b>36,10</b>	<b>333,43</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			1,68	7,95	-0,57	2,26		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>65,76</b>	<b>56,32</b>	<b>229,47</b>	<b>1656,39</b>
Норма по СанПин		<b>60%</b>	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы ( + / - ) %		13,06	1,22	-0,09	0,90

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>51,59</b>	<b>53,54</b>	<b>169,32</b>	<b>1333,10</b>
Норма по СанПин		<b>45%</b>	40,50	41,40	172,35
отклонение от нормы ( + / - ) %		12,32	13,20	-0,79	4,01

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>76,27</b>	<b>72,83</b>	<b>265,57</b>	<b>1989,83</b>
Норма по СанПин		<b>70%</b>	63,00	64,40	268,10
отклонение от нормы ( + / - ) %		14,74	9,16	-0,66	3,16

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	210	5,10	10,72	33,42	250,56	33	182 / 17
	Чай с сахаром	200	0,4	0,00	6,60	28,20	86	457/21
	Кондитерское изделие (вафли)	45	1,52	12,18	22,27	204,79	16	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за завтрак</b>		<b>635</b>	<b>9,83</b>	<b>24,442</b>	<b>112,23</b>	<b>710,982</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-14,08	1,57	4,30	1,14		
2 -я День 9 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	10	53 / 21
	Уха с крупой	250	7,10	5,16	13,01	126,92	30	121 / 21
	Жаркое по-домашнему	200	12,15	23,18	30,02	381,24	61	259 / 17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	104	501 / 21
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
Хлеб ржаной	50	2,33	0,825	21,72	103,63	19	Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>870</b>	<b>25,48</b>	<b>33,676</b>	<b>134,74</b>	<b>947,568</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,69	1,60	0,18	-0,16		
неделя 2 -я День 9 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кофейный напиток с молоком	200	5,93	4,74	14,16	122,67	101	465 / 21
	Биточек рисовый с морковью и соус шоколадный	100 30	2,41 1,09	4,64 1,00	14,00 6,12	110,46 37,84	37 37	193 / 17 692/22
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>10,83</b>	<b>10,879</b>	<b>47,31</b>	<b>333,143</b>		
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			2,04	1,82	2,35	2,25		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	35,31	58,12	246,97	1658,55
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-20,77	3,17	4,48	0,98

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	36,32	44,55	182,05	1280,71
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,65	3,43	2,53	2,08

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	46,14	69,00	294,28	1991,69
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-18,73	5,00	6,84	3,22

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя</b>	<b>ЗАВТРАК</b>							
2-я	Чиполлетти из говядины	120	12,04	15,18	12,52	240,91	68	555/22
<b>День</b>	Капуста тушёная	180	3,72	5,83	16,01	131,34	41	321 / 17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	92	54-1хн/22
10-й	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>18,66</b>	<b>22,156</b>	<b>88,46</b>	<b>633,683</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-4,26</b>	<b>-0,92</b>	<b>-1,90</b>	<b>-1,70</b>		
<b>неделя</b>	<b>ОБЕД</b>							
2-я	Икра кабачковая (Пром.производства)	100	1,90	8,90	7,70	118,00	11	150/ 21
<b>День</b>	Свекольник со сметаной	250	2,47	5,50	10,51	101,60	23	98 /21
	Плов из птицы	200	14,54	7,65	35,41	274,37	70	291/17
10-й	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Блины / и	85	6,05	5,35	24,30	151,97	81	396/17
	соус абрикосовый	30	0,383	0	10,177	37,737	81	687 /22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>34,21</b>	<b>34,283</b>	<b>145,05</b>	<b>1015,186</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>3,01</b>	<b>2,26</b>	<b>2,87</b>	<b>2,32</b>		
<b>неделя</b>	<b>ПОЛДНИК</b>							
2-я	Отвар шиповника	200	0,6	0,2	12,34	59,49	91	857/22
<b>День</b>	Рулет с макаронами и /	120	1,94	6,23	9,72	98,80	62	276/17
	соус сметанный с томатом	10	0,18	0,50	0,70	8,01	62	331/17
10-й	Хлеб ржаной	20	0,93	0,33	8,687	41,45	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>3,65</b>	<b>7,260</b>	<b>31,45</b>	<b>207,75</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-5,94</b>	<b>-2,11</b>	<b>-1,79</b>	<b>-2,36</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>52,87</b>	<b>56,44</b>	<b>233,51</b>	<b>1648,87</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-1,25</b>	<b>1,35</b>	<b>0,97</b>	<b>0,62</b>

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>37,86</b>	<b>41,54</b>	<b>176,50</b>	<b>1222,93</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-2,93</b>	<b>0,16</b>	<b>1,08</b>	<b>-0,04</b>

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>56,53</b>	<b>63,70</b>	<b>264,96</b>	<b>1856,62</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-7,19</b>	<b>-0,76</b>	<b>-0,82</b>	<b>-1,74</b>

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре-цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 11 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Бифштекс по-домашнему	100	10,71	15,31	9,22	232,64	63	523/22
	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	21,03	160,17	34	303/17
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>24,67</b>	<b>27,798</b>	<b>77,40</b>	<b>677,318</b>		
Норма по СанПин		25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			2,42	5,22	-4,79	-0,10		
неделя 2 -я День 11 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Капуста с морковью в нарезке	100	1,83	4,92	6,91	79,26	2	54-31з/22
	Рассольник ленинградский	250	2,63	5,10	13,25	109,50	26	54-32з/22
	Рагу из овощей	180	3,01	5,69	20,04	145,29	38	100 / 21
	Шницель рыбный	105	15,55	2,99	17,04	157,24	79	334/22
	Кисель витаминный	200	0,90	0,20	41,95	172,45	96	466/22
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>27,58</b>	<b>20,866</b>	<b>162,46</b>	<b>951,825</b>		
Норма по СанПин		35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,36	-12,32	7,42	-0,01		
неделя 2 -я День 11 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Чай с сахаром	200	0,4	0,00	6,60	28,20	86	457/21
	Голубцы с соусом	120	1,43	9,70	6,01	117,09	65	525 /22
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>2,43</b>	<b>10,09</b>	<b>28,87</b>	<b>216,25</b>		
Норма по СанПин		10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,30	0,97	-2,46	-2,05		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		52,25	48,66	239,86	1629,14
Норма по СанПин		60%	54,00	55,20	229,80
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,94	-7,10	2,63
					-0,11

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		30,01	30,96	191,33	1168,07
Норма по СанПин		45%	40,50	41,40	172,35
отклонение от нормы (+ / -) %			-11,66	-11,35	4,96
					-2,06

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		54,68	58,76	268,74	1845,39
Норма по СанПин		70%	63,00	64,40	268,10
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,25	-6,13	0,17
					-2,15

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 12 -й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Запеканка капустная	180	2,59	11,92	12,05	165,79	42	162/17
	Котлеты нежные с соусом томатным с овощами	90 /25	14,75 0,31	9,66 1,83	10,37 1,18	194,03 22,43	73 73	373/21 420/21
	Кисель из кураги	200	0,50	0,05	26,30	106,78	97	784 /22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
	<b>итого за завтрак</b>		<b>665</b>	<b>20,74</b>	<b>24,868</b>	<b>93,41</b>	<b>692,818</b>	
Норма по СанПин 25%			<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,95	2,03	-0,61	0,47		
неделя 2 -я День 12 -й	<b>ОБЕД</b>							
	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52,17	6	54-21з/ 22
	Суп картофельный с макаронами	250	4,13	3,36	13,60	98,85	32	242/22
	Зразы с яйцом	100	9,16	10,01	7,82	158,02	66	532/22
	Овощи запечённые	180	2,90	6,14	13,41	120,49	40	315/22
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Оладьи и / соус шоколадный	80 30	3,18 0,72	7,30 0,57	15,34 7,95	139,77 43,95	83 83	225/17 692/22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>1020</b>	<b>30,56</b>	<b>34,198</b>	<b>115,44</b>	<b>897,751</b>		
Норма по СанПин 35%			<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,05	2,17	-4,86	-1,99		
неделя 2 -я День 12 -й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кисломолочный напиток Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
	Шарлотка с яблоками	150	2,40	2,71	26,10	138,56	84	527/21
	и /соус абрикосовый	40	0,27	0,03	5,54	23,47	84	687/22
<b>итого за полдник</b>		<b>390</b>	<b>8,47</b>	<b>7,734</b>	<b>39,64</b>	<b>263,028</b>		
Норма по СанПин 10%			<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,59	-1,59	0,35	-0,33		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	51,30	59,07	208,85	1590,57
Норма по СанПин 60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-3,00	4,20	-5,47	-1,52

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	39,03	41,93	155,09	1160,78
Норма по СанПин 45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-1,64	0,58	-4,51	-2,32

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	59,77	66,80	248,49	1853,60
Норма по СанПин 70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы (+ / -) %	-3,59	2,61	-5,12	-1,85

## 1-я неделя

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка 1 - я неделя		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	
		белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20		100%	90	92,0	383	2720
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00
Среднее за 6 дней (фактически)			23,58	20,66	101,25	678,28
отклонение от нормы (+ / -)		%	1,20	-2,54	1,44	-0,06

12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00
Среднее за 6 дней (фактически)			33,06	33,18	130,37	956,08
отклонение от нормы (+ / -)		%	1,73	1,07	-0,96	0,15

12 - 18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00
Среднее за 6 дней (фактически)			11,02	7,71	39,28	271,42
отклонение от нормы (+ / -)		%	2,25	-1,62	0,26	-0,02

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
Среднее за 6 дней (фактически)			56,64	53,84	231,63	1634,36
отклонение от нормы (+ / -)		%	2,93	-1,48	0,48	0,09

12 - 18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
Среднее за 6 дней (фактически)			44,08	40,89	169,66	1227,51
отклонение от нормы (+ / -)		%	3,98	-0,56	-0,70	0,13

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
Среднее за 6 дней (фактически)			67,66	61,55	270,91	1905,78
отклонение от нормы (+ / -)		%	5,18	-3,10	0,73	0,07

## 2 - я неделя

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00
Среднее за 6 дней (фактически)			21,42	25,34	90,25	681,72
отклонение от нормы (+ / -)		%	-1,201	2,543	-1,437	0,063

12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00
Среднее за 6 дней (фактически)			29,94	31,22	137,73	947,92
отклонение от нормы (+ / -)		%	-1,730	-1,065	0,960	-0,150

12 - 18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00
Среднее за 6 дней (фактически)			6,98	10,69	37,32	272,58
отклонение от нормы (+ / -)		%	-2,245	1,623	-0,257	0,021

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00
Среднее за 6 дней (фактически)			51,36	56,56	227,97	1629,64
отклонение от нормы (+ / -)		%	-2,932	1,478	-0,477	-0,087

12 - 18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00
Среднее за 6 дней (фактически)			36,92	41,91	175,04	1220,49
отклонение от нормы (+ / -)		%	-3,976	0,558	0,703	-0,129

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00
Среднее за 6 дней (фактически)			58,34	67,25	265,29	1902,22
отклонение от нормы (+ / -)		%	-5,177	3,102	-0,734	-0,065

**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**1 -я - 2-я неделя**

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 12-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	
			белки Б	жиры Ж	углеводы У		
Суточная потребность по СанПиН СанПиН 2.3 /2.4. 3590 - 20			100%	90	92	383	2720
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	22,50	23,00	95,75	680,00	
Среднее за 12 дней (фактически)			22,50	23,00	95,75	680,00	
отклонение от нормы (+ / - )			%	0,000	0,000	0,000	0,000

12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	31,50	32,20	134,05	952,00	
Среднее за 12 дней (фактически)			31,50	32,20	134,05	952,00	
отклонение от нормы (+ / - )			%	0,000	0,000	0,000	0,000

12 - 18 л	ПОЛДНИКИ	10%	9,00	9,20	38,30	272,00	
Среднее за 12 дней (фактически)			9,00	9,20	38,30	272,00	
отклонение от нормы (+ / - )			%	0,000	0,000	0,000	0,000

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	54,00	55,20	229,80	1632,00	
Среднее за 12 дней (фактически)			54,00	55,20	229,80	1632,00	
отклонение от нормы (+ / - )			%	0,000	0,000	0,000	0,000

12 - 18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	40,50	41,40	172,35	1224,00	
Среднее за 12 дней (фактически)			40,50	41,40	172,35	1224,00	
отклонение от нормы (+ / - )			%	0,000	0,000	0,000	0,000

12 - 18 л	ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	63,00	64,40	268,10	1904,00	
Среднее за 12 дней (фактически)			63,00	64,40	268,10	1904,00	
отклонение от нормы (+ / - )			%	0,000	0,000	0,000	0,000

Ответственный за разработку меню инженер-технолог \_\_\_\_\_ /Ткаченко А.Н./

**Литература:**

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276 с.
- 2 СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544 с.
- 3 Сборник технических нормативов. ФГАУ НЦЗД Минздрава РОССИИ, ФГБУН ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи, Отраслевой союз развития социального питания, НП СРО «АПСПОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2022. - 698 с. Под редакцией: профессора Академика РАН Г.Г. Онищенко В.А.Тутельяна
- 4 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)
- 5 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост.А.Я.Перевалов. Н.В.Тапешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр..-Пермь, 2021.-410с.