

СОГЛАСОВАНО

Зам. начальника
отдела санитарного надзора
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
М.И. Сорокина
355008, г. Ставрополь, пер. Фадеева, 4
«___» _____ 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
государственного казенного
образовательного учреждения
«Специальная (коррекционная)
общеобразовательная
школа-интернат №36
города Ставрополя»

Т.Г. Захарина
«14» _____ 2024г.



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для учащихся школы-интерната №36 г. Ставрополя

на осенний период

2024-2025

учебный год

(дошкольники от 3 до 7 лет)

310	Картофель отварной с маслом	130	2,48	3,58	19,32	119	13	0,11	10,4	739,446 5	12,1607	26,0288	66,6272	1,0219	0,0065	0,0005	0,039
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04		48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03		49	6,16	8,178	27,492	0,678			
484	Свекла тушеная	60	0,93	2,7	6,6	54		0,01	2,3	166,5	18,9012	11,1354	22,464	0,7128			
268	Котлеты из говядины с соусом сметанным	80/30	12,72	11,52	11,86	202	20	0,08	0,57	298,978	43,0082	29,1939	149,909 7	1,477	0,0058		0,0434
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01	7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248			
Всего в Ужин			19,02	18,31	62,54	491	33	0,27	13,28	1 310, 35	89,33	89,08	314,5 8	5,01	0,01		0,08
	Второй ужин																
386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26	262,8	216	25,2	171	0,18			
Всего в Второй ужин			5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26	262,8	216	25,2	171	0,18			
Всего в день			61,43	75,65	231,2 5	1 852	6 093,3	0,88	104,59	3 833, 44	809,0 9	314,7 6	1 262, 17	15,14	0,04		0,2

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
15	Сыр (порциями)Российский	15	3,59	2,98		41	20	0,01	0,17			133,875		64,8				
121	Суп молочный с крупой(рис)	180	3,09	3,62	12,51	95	14,4	0,03	0,47		142,585	96,0601	15,665	84,8897	0,1524	0,0082		0,0234
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248			
	Батон с йодоказеином	20	1,36	0,47	9,97	49		0,04				4,6	6,6	16,8	0,38			
	Всего в Завтрак 1		8,09	7,08	34,29	233	34,4	0,08	0,65		150,4	236,0	23,41	168,6	0,78	0,01		0,02
	Завтрак 2																	
210	Омлет натуральный	105/5	10,41	15,12	1,87	185	150	0,05	0,16		157,87	71,8256	12,0373	159,157	1,7653	0,0187		0,05
31	Икра кабачковая (порциями)	60	1,14	5,34	4,62	71		0,01	4,2			24,6	9	22,2	0,42			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
628	Чай с сахаром,лимоном *	180/13	0,11	0,03	12	49			1,08		18,9528	3,8246	1,9246	3,3773	0,2709			
338	Фрукты свежие(яблоки,или бананы, или апельсины)	1 шт	0,38	0,38	8,92	41		0,02	66		278	14,4	8,1	9,9	1,98			
	Всего в Завтрак 2		13,64	21,15	34,14	382	150	0,12	71,44		503,4	122,2	44,46	240,5	5,31	0,02		0,05
	Обед																	
71	Помидоры свежие	60	0,63	0,11	2,08	12		0,03	6		174	7,56	10,8	14,04	0,486	0,0012		0,12
138	Суп картофельный с бобовыми	200	4,06	3,18	14,24	102	10	0,13	3,68		397,8	26,1184	26,5315	74,7504	1,3676	0,0032	0,0002	0,0192
286	Перец, фаршированный мясом и рисом	130/30	12,31	9,5	13,72	190	20	0,05	9,98		521,52	40,2556	34,7617	124,028	1,7036	0,0225		0,0595
302	Каша рассыпчатая (гречневая)с маслом	130	6,25	4,65	29,72	186	13	0,16			200,622	9,9642	91,4006	137,192	3,0653	0,0016		0,0121
342	Компот из свежих плодов (сливы)	180	0,27		22,76	92		0,02	1,44		64,481	6,8688	2,916	6,48	0,2203	0,0013		0,0006
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,42	10,1	54		0,06			72,9	11,352	20,097	68,904	1,305			
	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	9,31	47		0,04			73,5	9,24	12,267	41,238	1,017			
	Всего в Обед		27,78	18,18	101,9	683	43	0,48	21,1		1 504,	111,3	198,7	466,6	9,16	0,03		0,21
	Полдник																	
223	Запеканка из творога с повидлом	150/40	24,01	17,36	33,87	388	80	0,06	0,32		215,28	212,977	32,0369	291,041	1,0614	0,0012		0,0493
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18			
	Всего в Полдник		29,23	21,86	42,51	484	116	0,13	2,66		478,0	428,9	57,24	453,0	1,24			0,05
	Ужин																	
71	Огурцы свежие	60	0,46	0,05	1,42	8		0,01	2,4		84,6	12,42	7,56	22,68	0,324	0,0018		0,0108
239	Тефтели рыбные(минтай)	80/50	9,32	8,69	10,71	158		0,06	0,86	0,01	264,361	42,2558	25,4168	135,288	0,9498	0,0632	0,0066	0,326
310	Картофель отварной с маслом	160	3,05	4,41	23,78	147	16	0,14	12,8		910,088	14,967	32,0355	82,0027	1,2577	0,008	0,0006	0,048
389	Сок фруктовый	180	0,14		4,07	17			0,72		44,64	4,32	2,16	3,96	0,54			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			

	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03			49	6,16	8,178	27,492	0,678				
	Всего в Ужин		15,8	13,64	52,92	397		16	0,28	16,78	0,01	1 401,29	87,69	88,75	317,36	4,62	0,07	0,01	0,38
	Второй ужин																		
386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102		36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18			
	Всего в Второй ужин		5,04	5,76	7,38	102		36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18			
	Всего в день		99,59	87,68	273,18	2 282		395,4	1,15	113,89	0,01	4 300,83	1 202,32	437,83	1 817,25	21,29	0,13	0,01	0,72

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	А (рет.экв)		В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
14	Масло сливочное (порциями)72,5% жирности	10	0,06	5,85	0,1	53	30				2,3	1,53	0,032	2,08	0,008			
209	Яйца вареные	60	7,62	6,9	0,42	95	150	0,05			84	33	7,2	115,2	1,5			
121	Суп молочный с крупой (пшено)	180	3,93	3,94	14,21	108	14,4	0,07	0,47		162,169 2	98,7212	21,3652	99,986	0,3967	0,0081		0,018
383	Какао с молоком сгущенным	180	3,13	3,11	21,12	125		0,02	0,14		190,845	97,1942	16,0985	88,6513	0,4765			0,0072
	Батон с йодоказеином	30	2,03	0,7	14,96	74		0,06				6,9	9,9	25,2	0,57			
	Всего в Завтрак 1		16,78	20,5	50,81	455	194,4	0,19	0,6		439,3 1	237,3 5	54,6	331,1 2	2,95	0,01		0,03
	Завтрак 2																	
204	Макароньы отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209	70	0,05	0,14		43,7	184,5	12,7	126,3	0,77			
628	Чай с сахаром,лимоном *	180/13 /7	0,06	0,02	13,75	55			0,03		7,88	10,17	1,29	2,56	0,26			
	Всего в Завтрак 2		8,52	9,97	35,07	264	70	0,05	0,17		51,58	194,6 7	13,99	128,8 6	1,03			
	Обед																	
72	Икра баклажанная	60	1,15	3,03	4,82	51		0,03	2,39		230,494 8	13,2422	8,448	29,397	0,3948			0,002
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	35/200	8,27	5,27	13,31	134	10	0,09	6,95		622,613	19,7578	29,4391	111,917 7	1,2076	0,0044	0,0003	0,0264
304	Рис отварной	130	3,16	4,66	31,79	182		0,02			35,165	1,183	14,157	52,819	0,4563			
306	Биточки рубленые из филе цыплят-бройлеров	80/30																
342	Компот из свежих плодов (сливы)	180	0,27		22,76	92		0,02	1,44		64,481	6,8688	2,916	6,48	0,2203	0,0013		0,0006
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,42	10,1	54		0,06			72,9	11,352	20,097	68,904	1,305			
	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	9,31	47		0,04			73,5	9,24	12,267	41,238	1,017			
	Всего в Обед		17,11	13,69	92,09	560	10	0,25	10,78		1 099, 15	61,64	87,32	310,7 6	4,6	0,01		0,03
	Полдник																	
687	Пирожок печеный с картофелем	75	4,95	2,9	30,31	167	10	0,06	2,1		197,451	12,9536	11,3591	53,7208	0,762	0,0024	0,0001	0,0121
338	Фрукты свежие(яблоки,или бананы, или апельсины)	1 шт	0,38	0,38	8,92	41		0,02	66		278	14,4	8,1	9,9	1,98			
	Всего в Полдник		5,33	3,28	39,23	208	10	0,08	68,1		475,4 5	27,35	19,46	63,62	2,74			0,01
	Ужин																	
321	Капуста тушеная	60	1,36	2,05	5,55	46		0,02	12,76		147,338 4	31,333	11,3659	22,4694	0,4425	0,0021		0,0076
	Горошек консервированный (порциями)	50	1,47	0,09	2,96	19		0,05	2		49,5	9	9,45	27,9	0,315	0,001	0,0595	0,35
282	Оладьи из печени(говяжьей)	100/5	18,17	20,21	5,47	276	4 940	0,24	13,2		317,95	15,4	26,4097	311,964 6	6,7068	6,3		0,23
278	Картофель,запеченный с яйцом	140	6,1	14,87	26,01	262	46,67	0,17	13,84		996,37	31,2664	37,4274	131,387 4	1,914	0,0128	0,0007	0,0673
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248			

	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03			49	6,16	8,178	27,492	0,678			
	Всего в Ужин		30	37,73	64,75	719	4 986,67	0,54	41,81		1 616,59	102,26	107,38	569,3	11,17	6,32	0,06	0,65
	Второй ужин																	
386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18			
	Всего в Второй ужин		5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18			
	Всего в день		82,79	90,93	289,33	2 307	5 307,07	1,17	122,72		3 944,89	839,28	307,95	1 574,65	22,68	6,33	0,06	0,72

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
14	Масло сливочное (порциями)72,5% жирности	10	0,06	5,85	0,1	53	30				2,3	1,53	0,032	2,08	0,008			
219	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/40	27,65	22,1	39,73	468	60	0,08	0,38		278,47	278,766 4	39,4806	352,680 6	0,9144	0,0012		0,0513
628	Чай с сахаром,лимоном *	180/13 /7	0,11	0,03	12	49			1,08		18,9528	3,8246	1,9246	3,3773	0,2709			
	Батон с йодоказеином	20	1,36	0,47	9,97	49		0,04				4,6	6,6	16,8	0,38			
	Всего в Завтрак 1		29,18	28,45	61,8	619	90	0,12	1,46		299,7 2	288,7 2	48,04	374,9 4	1,57			0,05
	Завтрак 2																	
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10 /10	5,7	9,95	37,97	264	40	0,06	0,52		189,08	112,921 6	17,0694	103,486 5	0,3785	0,009		0,0262
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,37	2,53	20,2	113	10,8	0,03	0,47		131,94	95,3568	10,962	70,47	0,0995	0,0081		0,018
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,21	5,05	27		0,03			36,45	5,676	10,0485	34,452	0,6525			
	Хлеб ржаной	15	0,93	0,16	4,65	24		0,02			36,75	4,62	6,1335	20,619	0,5085			
	Всего в Завтрак 2		10,2	12,85	67,87	428	50,8	0,13	0,99		394,2 2	218,5 7	44,21	229,0 3	1,64	0,02		0,04
	Обед																	
76	Сельдь с луком(зеленым)	60	7,13	12,41	2,48	150	37,5	0,02	1,2		113,25	29,964	20,2928	83,6505	0,4209	0,015		0,1515
82	Борщ с капустой и картофелем*	200	1,75	3,69	10,77	83		0,05	9,46		335,025	26,2064	18,2074	39,3501	0,7638	0,0046	0,0001	0,018
295	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	80/5	11,79	17,26	9,18	239	50	0,06	0,55		178,021	35,9911	20,4904	131,916 4	1,4753	0,0017		0,0038
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,09	17,41	117	14,3	0,1	9		662,366 9	32,1922	24,7587	73,1983	0,8862	0,0074	0,0004	0,0375
	Кукуруза консервированная(порциями)	50	1,1	0,2	5,6	29		0,01	2,4			2,5		25	0,2			
342	Компот из свежих плодов (сливы)	180	0,27		22,76	92		0,02	1,44		64,481	6,8688	2,916	6,48	0,2203	0,0013		0,0006
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,42	10,1	54		0,06			72,9	11,352	20,097	68,904	1,305			
	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	9,31	47		0,04			73,5	9,24	12,267	41,238	1,017			
	Всего в Обед		28,96	38,39	87,61	812	101,8	0,34	24,04		1 499, 54	154,3 1	119,0 3	469,7 4	6,29	0,03		0,21
	Полдник																	
196	Плов сладкий	150	3,43	5,57	57,22	293	22,5	0,04	0,44		126,825	287,602 5	45,39	81,6825	25,95			
338	Фрукты свежие(яблоки,или бананы, или апельсины)	1 шт	0,38	0,38	8,92	41		0,02	66		278	14,4	8,1	9,9	1,98			
	Всего в Полдник		3,81	5,95	66,14	334	22,5	0,06	66,44		404,8 3	302	53,49	91,58	27,93			
	Ужин																	
89	Баклажаны, тушеные с помидорами	60																
235	Шницель рыбный натуральный(минтай)	80/5	11,92	12,43	6,05	184	4 160	0,07	1,69		295,262 5	42,5146	37,5927	171,087 2	0,8902	0,0016	0,001	0,0081
310	Картофель отварной с маслом	130	2,48	3,58	19,32	119	13	0,11	10,4		739,446 5	12,1607	26,0288	66,6272	1,0219	0,0065	0,0005	0,039
389	Сок фруктовый	180	0,14		4,07	17			0,72		44,64	4,32	2,16	3,96	0,54			

	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87		
	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03			49	6,16	8,178	27,492	0,678		
	Всего в Ужин		17,38	16,5	42,38	388	4 173	0,25	12,81		1 176,95	72,72	87,36	315,1	4	0,01	0,05
	Второй ужин																
386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18		
	Всего в Второй ужин		5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18		
	Всего в день		94,56	107,9	333,18	2 682	4 474,1	0,96	107,01		4 038,06	1 252,34	377,33	1 651,39	41,61	0,06	0,35

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У			А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
15	Сыр (порциями)Российский	20	4,79	3,97		55	26,67	0,01	0,23			178,5		86,4				
121	Суп молочный с крупой(рис)	180	3,09	3,62	12,51	95	14,4	0,03	0,47		142,585 2	96,0601	15,665	84,8897	0,1524	0,0082		0,0234
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248			
	Батон с йодоказеином	30	2,03	0,7	14,96	74		0,06				6,9	9,9	25,2	0,57			
	Всего в Завтрак 1		9,97	8,31	39,28	272	41,07	0,1	0,7		150,4 2	283	26,71	198,6 4	0,97	0,01		0,02
	Завтрак 2																	
243	Сосиски отварные	50/5	5,55	15,55	0,25	164	20	0,09			111,5	18,5	10	81	0,9			
143	Рагу из овощей	135	2,32	8,17	13,3	136	19,76	0,08	8,01		386,069	31,0293	25,0212	60,9871	0,8894	0,0039	0,0128	0,0959
628	Чай с сахаром,лимоном *	180/13 /7	0,11	0,03	12	49			1,08		18,9528	3,8246	1,9246	3,3773	0,2709			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Шоколад молочный	50																
	Всего в Завтрак 2		9,58	24,03	32,28	385	39,76	0,21	9,09		565,1 2	60,92	50,34	191,3	2,93		0,01	0,1
	Обед																	
71	Огурцы свежие	60	0,46	0,05	1,42	8		0,01	2,4		84,6	12,42	7,56	22,68	0,324	0,0018		0,0108
106	Суп картофельный с отварной рыбой	35/200	10,4	4,73	14,62	143	10	0,15	7,86		687,85	21,8442	33,281	128,720 9	1,0527	0,0265	0,0004	0,2143
309	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,5	3,62	24,46	148	13	0,04			26,646	9	6,3196	28,2135	0,6271			
268	Котлеты из говядины с соусом красным основным	80/30	12,26	9,97	9,94	179	10	0,07	0,42		274,384	34,5259	27,0041	141,390 7	1,3768	0,0058		0,0434
	Сок мультифрукт,0,2 тетропак	200																
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,42	10,1	54		0,06			72,9	11,352	20,097	68,904	1,305			
	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	9,31	47		0,04			73,5	9,24	12,267	41,238	1,017			
	Всего в Обед		31,88	19,11	69,85	579	33	0,36	10,68		1 219, 88	98,38	106,5 3	431,1 5	5,7	0,03		0,27
	Всего в день		51,42	51,46	141,4 1	1 236	113,82	0,67	20,48		1 935, 42	442,3	183,5 9	821,0 9	9,6	0,05	0,01	0,39

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 2																	
	Вафли	50	1,83	13,46	28,44	242	1 800	0,02				3,52	2,61	18,27	0,261			
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	190	4,92	8,59	32,79	228	34,55	0,05	0,45		163,296 4	97,5232	14,7418	89,3747	0,3269	0,0078		0,0226
383	Какао с молоком сгущенным	180	3,13	3,11	21,12	125		0,02	0,14		190,845	97,1942	16,0985	88,6513	0,4765			0,0072
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,21	5,05	27		0,03			36,45	5,676	10,0485	34,452	0,6525			
	Хлеб ржаной	15	0,93	0,16	4,65	24		0,02			36,75	4,62	6,1335	20,619	0,5085			
	Всего в Завтрак 2		12,02	25,54	92,06	646	1 834,55	0,14	0,59		427,3 4	208,5 3	49,63	251,3 7	2,23	0,01		0,03
	Обед																	
71	Огурцы свежие	60	0,46	0,05	1,42	8		0,01	2,4		84,6	12,42	7,56	22,68	0,324	0,0018		0,0108
108	Суп картофельный с клецками	52/200	2,98	4,61	15,69	116	20	0,06	3,68		293,625 6	18,4195	18,3372	53,4013	0,8282	0,0024	0,0002	0,0144
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,09	17,41	117	14,3	0,1	9		662,366 9	32,1922	24,7587	73,1983	0,8862	0,0074	0,0004	0,0375
239	Тефтели рыбные(минтай)	80/50	9,32	8,69	10,71	158		0,06	0,86	0,01	264,361 7	42,2558	25,4168	135,288 7	0,9498	0,0632	0,0066	0,326
389	Сок фруктовый	180	0,14		4,07	17			0,72		44,64	4,32	2,16	3,96	0,54			
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,42	10,1	54		0,06			72,9	11,352	20,097	68,904	1,305			
	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	9,31	47		0,04			73,5	9,24	12,267	41,238	1,017			
	Всего в Обед		19,82	18,19	68,71	517	34,3	0,33	16,66	0,01	1 495, 99	130,2	110,6	398,6 7	5,85	0,07	0,01	0,39
	Полдник																	
410	Ватрушка с повидлом	75	4,31	2,24	44,1	214	10	0,04	0,06		91,537	11,8554	7,6174	37,6379	0,8273	0,0007		0,0018
338	Фрукты свежие(яблоки,или бананы, или апельсины)	1 шт	0,38	0,38	8,92	41		0,02	66		278	14,4	8,1	9,9	1,98			
	Всего в Полдник		4,69	2,62	53,02	255	10	0,06	66,06		369,5 4	26,26	15,72	47,54	2,81			
	Ужин																	
71	Помидоры свежие	60	0,63	0,11	2,08	12		0,03	6		174	7,56	10,8	14,04	0,486	0,0012		0,12
286	Кабачки, фаршированные мясом и рисом	130/30	6,78	5,83	7,67	110	10	0,02	3,3		219,733 3	17,1443	16,35	70,116	0,686	0,0024	0,0006	0,0229
302	Каша рассыпчатая (пшениная)с маслом	130	5,48	4,59	30,57	186	13	0,15			107,474 9	12,7053	36,4386	103,276 1	1,1888			
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03			49	6,16	8,178	27,492	0,678			
	Всего в Ужин		15,79	11,05	65,06	423	23	0,27	9,31		606,6 4	52,67	86,31	263,0 1	4,16			0,14
	Второй ужин																	
386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18			
	Всего в Второй ужин		5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26		262,8	216	25,2	171	0,18			
	Всего в день		57,35	63,15	286,2 3	1 942	1 937,85	0,85	93,87	0,01	3 162, 31	633,6 6	287,4 6	1 131, 59	15,22	0,09	0,01	0,56

386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26	262,8	216	25,2	171	0,18		
Всего в Второй ужин			5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26	262,8	216	25,2	171	0,18		
Всего в день			97,86	95,99	352,36	2 666	4 532,73	1,21	110,94	4 502,11	1 162,02	391,67	1 724,11	18,62	0,04	0,28

386	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26	262,8	216	25,2	171	0,18		
Всего в Второй ужин			5,04	5,76	7,38	102	36	0,05	1,26	262,8	216	25,2	171	0,18		
Всего в день			82,41	90,08	287,4	2 290	2 017,7	1,03	104,57	3 701,36	726,92	376,31	1 371,88	19,87	0,05	0,16

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	А (рет.экв)		В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	Завтрак 1																		
14	Масло сливочное (порциями)72,5% жирности	10	0,06	5,85	0,1	53	30				2,3	1,53	0,032	2,08	0,008				
209	Яйца вареные	60	7,62	6,9	0,42	95	150	0,05			84	33	7,2	115,2	1,5				
121	Суп молочный с крупой (гречка)	180	4,08	3,94	13,64	106	14,4	0,07	0,47		186,505 2	97,8342	36,023	108,129 2	0,8978	0,0085		0,0213	
380	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,44	2,69	18,35	107		0,02	0,14		136,8	100,425 6	10,6488	71,7228	0,0063				
	Батон с йодоказеином	20	1,36	0,47	9,97	49		0,04				4,6	6,6	16,8	0,38				
	Всего в Завтрак 1		15,56	19,85	42,47	411	194,4	0,17	0,61		409,6 1	237,3 9	60,5	313,9 3	2,79	0,01		0,02	
	Завтрак 2																		
243	Сосиски отварные	50/5	5,55	15,55	0,25	164	20	0,09			111,5	18,5	10	81	0,9				
75	Икра морковная	130	2,08	8,66	11,97	134		0,07	5,21		349,545 3	52,4897	40,8142	66,0481	1,0531	0,0049		0,0068	
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248				
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,21	5,05	27		0,03			36,45	5,676	10,0485	34,452	0,6525				
	Хлеб ржаной	15	0,93	0,16	4,65	24		0,02			36,75	4,62	6,1335	20,619	0,5085				
	Всего в Завтрак 2		9,82	24,6	33,73	397	20	0,2	5,22		542,0 8	82,82	68,14	204,2 7	3,36			0,01	
	Обед																		
76	Сельдь с луком(зеленым)	60	7,13	12,41	2,48	150	37,5	0,02	1,2		113,25	29,964	20,2928	83,6505	0,4209	0,015		0,1515	
103	Суп-лапша домашняя с картофелем	200	2,81	3,3	15,1	101	16	0,07	3,68		290,385 6	16,4285	17,858	50,8637	0,7914	0,0024	0,0002	0,0144	
292	Курица, тушенная в соусе с овощами(бройлер-цыпленок)	80/150	23,46	27,83	23,65	439	30	0,19	11,55		1 008,49 1	54,5899	61,6517	253,300 5	2,6701	0,0078	0,0123	0,1063	
342	Компот из свежих плодов (сливы)	180	0,27		22,76	92		0,02	1,44		64,481	6,8688	2,916	6,48	0,2203	0,0013		0,0006	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87				
	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03			49	6,16	8,178	27,492	0,678				
	Всего в Обед		36,51	44,03	76,94	850	83,5	0,35	17,87		1 574, 21	121,5 8	124,2 9	467,7 2	5,65	0,03	0,01	0,27	
	Полдник																		
424	Булочка домашняя	50	3,8	6,1	28,27	183	20	0,04	0,08		65,2613	22,1588	6,5621	39,6946	0,4066	0,0015		0,0034	
338	Фрукты свежие(яблоки,или бананы, или апельсины)	1 шт	0,38	0,38	8,92	41		0,02	66		278	14,4	8,1	9,9	1,98				
	Всего в Полдник		4,18	6,48	37,19	224	20	0,06	66,08		343,2 6	36,56	14,66	49,59	2,39				
	Ужин																		
71	Помидоры свежие	60	0,63	0,11	2,08	12		0,03	6		174	7,56	10,8	14,04	0,486	0,0012		0,12	
310	Картофель отварной с маслом	130	2,48	3,58	19,32	119	13	0,11	10,4		739,446 5	12,1607	26,0288	66,6272	1,0219	0,0065	0,0005	0,039	
298	Голубцы Любительские	190	12,99	8,69	10,45	172	20	0,06	17,8		408,27	52,4656	32,5345	137,233 8	1,3476	0,0082		0,0581	
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248				

	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Хлеб ржаной	20	1,24	0,21	6,21	32		0,03			49	6,16	8,178	27,492	0,678			
	Всего в Ужин		18,99	12,9	56,6	419		33	0,27	34,21		1 427,15	87,45	92,09	293,48	4,65	0,02	0,22
	Второй ужин																	
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18			
	Всего в Второй ужин		5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18			
	Всего в день		90,28	112,35	255,57	2 396	386,9	1,12	126,33		4 559,1	781,8	384,89	1 491	19,02	0,06	0,01	0,52

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У	ККАЛ	А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20	
	Завтрак 1																		
210	Омлет натуральный	105/5	10,41	15,12	1,87	185	150	0,05	0,16		157,87	71,8256	12,0373	159,1578	1,7653	0,0187		0,05	
31	Икра кабачковая (порциями)	60	1,14	5,34	4,62	71		0,01	4,2			24,6	9	22,2	0,42				
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	180/5/5	4,92	8,6	32,79	228	40	0,05	0,45		163,2964	97,5232	14,7417	89,3747	0,3269	0,0078		0,0226	
628	Чай с сахаром *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248				
	Батон с йодоказеином	30	2,03	0,7	14,96	74		0,06				6,9	9,9	25,2	0,57				
	Всего в Завтрак 1		18,56	29,78	66,05	607		190	0,17	4,82		329	202,38	46,83	298,08	3,33	0,03		0,07
	Завтрак 2																		
223	Запеканка из творога со сметаной	150/20	24,46	20,88	22,57	376	100	0,06	0,31		211,28	225,6496	32,2109	299,9151	0,87	0,0012		0,0493	
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18				
	Всего в Завтрак 2		29,68	25,38	31,21	472		136	0,13	2,65		474,08	441,65	57,41	461,92	1,05			0,05
	Обед																		
71	Огурцы свежие	60	0,46	0,05	1,42	8		0,01	2,4		84,6	12,42	7,56	22,68	0,324	0,0018		0,0108	
96	Рассольник ленинградский со сметаной(перл)	200/10	2,12	4,77	13,09	104	20	0,05	5,8		420,42	22,352	19,7455	57,413	0,7468	0,0034	0,0002	0,0216	
282	Оладьи из печени(говяжьей)	100/5	18,17	20,21	5,47	276	4 940	0,24	13,2		317,95	15,4	26,4097	311,9646	6,7068	6,3		0,23	
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,09	17,41	117	14,3	0,1	9		662,3669	32,1922	24,7587	73,1983	0,8862	0,0074	0,0004	0,0375	
	Сок мультифрукт,0,2 тетропак	200																	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,42	10,1	54		0,06			72,9	11,352	20,097	68,904	1,305				
	Хлеб ржаной	30	1,86	0,32	9,31	47		0,04			73,5	9,24	12,267	41,238	1,017				
	Всего в Обед		27,66	29,87	56,8	606	4 974,3	0,5	30,4		1 631,74	102,96	110,84	575,4	10,99	6,31		0,3	
	Всего в день		75,91	85,03	154,0	1 685	5 300,3	0,8	37,87		2 434,81	746,99	215,08	1 335,4	15,37	6,34		0,42	
	Итого		793,6	860,2	2 604,02	21 330	30 559,17	9,84	942,27	0,02	36 412,33	8 596,7	3 276,86	14 180,52	198,41	13,17	0,11	4,34	
	Среднее за период		79,36	86,02	260,4	2 134	3 055,92	0,98	94,23		3 641,23	859,67	327,69	1 418,05	1,32	0,01		0,43	

ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ

Дети 3-7(СанПин2.3/2.4.35)

Столовая: Пищеблок

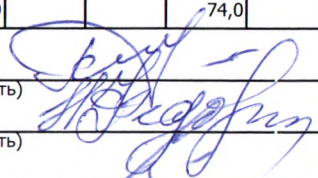
Сезон: Осенний 2024 г.

Диета: Без диет

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма* продукции в граммах (нетто)	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах для одного человека										В среднем за период	Отклонение от нормы в %(+/-)	
			1н пн	1н вт	1н ср	1н чт	1н пт	2н пн	2н вт	2н ср	2н чт	2н пт			
1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	0
2	Хлеб пшеничный	80,0	94,0	94,0	82,0	92,5	74,0	61,0	81,6	94,0	70,0	61,0	80,4	0	
3	Мука пшеничная	29,0	4,6	12,4	41,2	22,3	33,0	66,4	53,5	3,5	53,3	29,0	0		
4	Крупы, бобовые	43,0	28,0	48,3	61,2	70,0	10,8	50,0	23,6	74,9	22,4	41,0	43,0	0	
5	Макаронные изделия	12,0			15,0		35,0		35,0	35,0			12,0	0	
6	Картофель	140,0	173,1	100,0	167,0	173,1	90,0	151,2	102,3	143,2	170,0	141,2	141,1	0	
7	Овощи свежие, зелень	220,0	207,9	242,2	265,3	223,1	151,5	209,1	195,8	325,1	294,0	86,4	220,0	0	
8	Фрукты (плоды) свежие	100,0	125,0	125,0	125,0			125,0	125,0	125,0	125,0		100,0	0	
9	Фрукты (плоды) сухие, в т.ч. шиповник	11,0		14,4	14,4	38,0			14,4	14,4	14,4		11,0	0	
10	Соки плодовоовощные, напитки	150,0	180,0	200,0		180,0	200,0	180,0	180,0			200,0	150,0	0	
11	Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат	55,0	59,0	57,0	60,0		59,0	57,0	105,0	57,0	95,0		54,9	0	
12	Цыплята 1 категории потрошенные	21,0			59,0	56,0				56,0	69,0		24,0	0	
13	Рыба-филе	37,0	69,0	53,0		69,0	57,0	53,0	69,0				37,0	0	
14	Молоко,кисломолочная продукция	450,0	406,4	496,0	376,5	516,1	404,3	388,4	697,4	338,5	554,3	320,5	449,0	0	
15	Творог (5-9% м.д.ж.)	40,0		138,0		141,0			122,0				40,1	0	
16	Сыр	6,0		15,0	15,0		15,0			15,0			6,0	0	
17	Сметана (массовая доля жира не более	11,0	6,9	23,0	6,9			16,5	6,4	7,5	6,8	36,0	11,0	0	
18	Масло сливочное	21,0	24,5	24,6	23,0	21,4	19,9	18,2	18,0	19,3	23,0	19,5	21,1	0	
19	Масло растительное	11,0	15,0	8,0	8,4	13,0	2,0	8,3	16,1	17,4	9,7	12,0	11,0	0	
20	Яйцо диетическое	40,0	3,2	86,0	91,7	9,2		8,0	34,7	8,0	69,9	86,0	39,7	0	
21	Сахар	30,0	28,6	31,4	26,4	29,9	21,3	31,5	30,4	30,7	34,2	35,4	30,0	0	
22	Кондитерские изделия	20,0	50,0					50,0		50,0	50,0		20,0	0	
23	Чай	0,6	0,5	0,9	0,9	0,5	0,5	0,5	1,4	0,9	0,5	0,5	0,7	0,1	
24	Какао	0,6	3,6		3,6								0,7	0,1	
25	Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,8		0,8		0,8	0,8			0,8		0,5	0	
26	Соль йодированная	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	5,0	0	
27	Кофейный напиток	1,2				4,5		4,5			4,5		1,4	0,2	
29	Печень говяжья	25,0			74,0					74,0		100,0	25,0	0	

Диетсестра

(должность)



(подпись)

Головинова Светлана Николаевна

(ФИО)

(дата)

Зав.столовой

(должность)

(подпись)

Федоренко Наталия Захаровна

(ФИО)

(дата)

Зав.медчастью

(должность)

(подпись)

Сариева Лариса Георгиевна

(ФИО)

(дата)