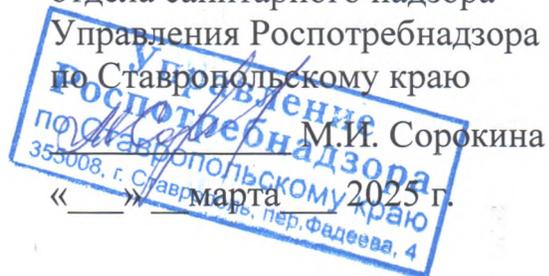


СОГЛАСОВАНО

Зам. начальника
отдела санитарного надзора
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю



М.И. Сорокина

« 15 » марта 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

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

Т.Г. Захарина
« 15 » марта 2025 г.



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для учащихся школы-интерната №36 г. Ставрополя

на весенний период

2024-2025

учебный год

(дошкольники от 3 до 7 лет)

316	Морковь,припущенная с маслом	60	0,86	1,5	5,46	39	6	0,03	1,24	125,568	28,3077	20,6232	30,8058	0,391	0,0031		
302	Каша рассыпчатая (пшенная)с маслом	130	5,48	4,59	30,57	186	13	0,15		107,474	12,7053	36,4386	103,276	1,1888			
280	Фрикадельки из говядины в соусе	80/50	11,93	12,4	13,01	211	10	0,07	0,74	307,346	42,6929	28,4889	138,452	1,3576	0,0051		0,0381
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05		18,72	75				0,54	0,324			0,0486			
	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			21,16	18,99	80,7	578	29	0,31	1,98	638,5	97,76	107,1	345,9	4,53	0,01		0,04
	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			65,83	65,5	246,0	1 836	4 299,3	0,94	95,39	3 359,	823,9	335,6	1 311,	14,88	0,04		0,17
					3					27	4	4	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 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				
	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	
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				
	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		15,11	21,27	38,16	405		150	0,17	6,39		215,25	122,5	41,68	237,02	3,33	0,02	0,06	0,4
	Завтрак 2																		
	Печенье	50	3,75	5,9	11,8	115		0,04			55	14,5	10	45	1,05				
121	Суп молочный с крупой(рис)	180	3,09	3,62	12,51	95	14,4	0,03	0,47		142,5852	96,0601	15,665	84,8897	0,1524	0,0082		0,0234	
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	0,0994	0,0081		0,018	
	Всего в Завтрак 2		9,21	12,05	44,51	323		25,2	0,1	0,94		329,53	205,92	36,63	200,36	1,3	0,02	0,04	
	Обед																		
321	Капуста тушеная	60	1,36	2,05	5,55	46		0,02	12,76		147,3384	31,333	11,3659	22,4694	0,4425	0,0021		0,0076	
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	
279	Тефтели из говядины с соусом	80/50	10,78	14,54	13,38	227	40	0,05	1,5		308,52	43,39	25,1	127,18	1,02				
302	Каша рассыпчатая (гречневая)с маслом	130	6,25	4,65	29,72	186	13	0,16			200,6225	9,9642	91,4006	137,1926	3,0653	0,0016		0,0121	
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05		18,72	75					0,54	0,324		0,0486					
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87				
	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		25,96	25,01	97,66	719		63	0,44	17,94		1 176,92	127,94	180,06	448,77	7,83	0,01	0,04	
	Полдник																		
222	Пудинг из творога (запеченный)со сгущенным молоком	160/40	23,49	18,05	44,75	435	70	0,08	0,33		391,65	255,8	40,1	320,71	1,25				
338	Фрукты свежие(яблоки)	125	0,47	0,47	11,15	51		0,02	82,5		347,5	18	10,125	12,375	2,475				
	Всего в Полдник		23,96	18,53	55,9	486		70	0,1	82,83		739,15	273,8	50,23	333,08	3,72			
	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	264,3617	42,2558	25,4168	135,2887	0,9498	0,0632	0,0066	0,326	
310	Картофель отварной с маслом	130	2,48	3,58	19,32	119	13	0,11	10,4		739,4465	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		15,23	12,82	48,46	370	13	0,25	14,38	0,01	1 230,65	84,88	82,74	301,98	4,38	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		94,52	95,44	292,07	2 404	357,2	1,12	123,73	0,01	3 954,29	1 031,03	416,53	1 692,21	20,75	0,11	0,07	0,86

№ 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					
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	
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		13,68	15,39	68,87	468	60	0,13	0,76		354,14	335,49	40,74	268,03	1,37	0,01		0,03	
	Завтрак 2																		
243	Сосиски отварные	75/3	5,22	12,8	0,43	138	10	0,01			88,9345	12,452	6,9339	65,2239	0,8343	0,0033			
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				
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 2		11,82	17,14	51,66	409	23	0,11	0,01		123,41	29,89	24,3	120,79	2,28				
	Обед																		
30	Салат из редиса с огурцами	60	1,51	4,43	1,72	53	17,4	0,01	8,86		135,744	27,8832	7,6326	34,1274	0,6828				
100	Суп картофельный со щавелем со сметаной	200/10	1,99	5,91	12,22	110	20	0,08	8,33		503,5	25,443	28,899	60,606	0,927	0,0043	0,0003	0,0234	
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																	
	Кукуруза консервированная(порциями)	50	1,1	0,2	5,6	29		0,01	2,4			2,5		25	0,2				
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87				
389	Сок фруктовый	180	0,14		4,07	17			0,72		44,64	4,32	2,16	3,96	0,54				
	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	12,41	63		0,05			98	12,32	16,356	54,984	1,356				
	Всего в Обед		11,98	15,9	74,54	489	37,4	0,22	20,31		865,65	81,22	82,6	277,43	5,03			0,02	
	Полдник																		
	Печенье	50	3,75	5,9	11,8	115		0,04			55	14,5	10	45	1,05				
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		4,13	6,28	20,72	156		0,06	66		333	28,9	18,1	54,9	3,03				
	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	
430	Запеканка картофельная с мясом	140/5	15,71	15,79	18,61	279	30	0,14	9,44		919,26	20,7592	41,941	177,6975	1,7478	0,0112	0,0005	0,0864	
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		19,24	16,42	45,44	406	30	0,23	15,45		1 198,69	43,58	75,47	267,32	4,03	0,01		0,21	

	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			65,89	76,89	268,6	2 030	186,4	0,8	103,79		3 137,69	735,08	266,41	1 159,46	15,92	0,03	0,26

№ 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			
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
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	30	2,03	0,7	14,96	74		0,06				6,9	9,9	25,2	0,57			
	Всего в Завтрак 1		8,47	13,18	47,61	342	44,4	0,15	0,61		301,2 7	207,5 8	41,95	198,9 9	0,98	0,01		0,02
	Завтрак 2																	
31	Икра кабачковая (порциями)	60	1,14	5,34	4,62	71		0,01	4,2			24,6	9	22,2	0,42			
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 8	1,7653	0,0187		0,05
	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 *	180/13	0,06	0,02	11,81	48			0,01		7,83	1,5356	1,1484	2,1506	0,248			
	Всего в Завтрак 2		13,21	20,76	25,03	340	150	0,1	4,37		214,3	105,5 3	35,58	229,4 4	3,3	0,02		0,05
	Обед																	
76	Сельдь с луком	50	4,76	8,27	1,66	100	20	0,01	0,8		75,5	19,976	13,5285	55,767	0,2806	0,01		0,101
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
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
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05		18,72	75					0,54	0,324			0,0486			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	12,41	63		0,05			98	12,32	16,356	54,984	1,356			
	Всего в Обед		26,32	34,94	81,81	746	104,3	0,32	14,03		1 356, 65	126,7 9	106,8 7	415,2	5,74	0,02		0,16
	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 6	32,0369	291,041 1	1,0614	0,0012		0,0493
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		24,39	17,74	42,79	429	80	0,08	66,32		493,2 8	227,3 8	40,14	300,9 4	3,04			0,05
	Ужин																	
75	Икра свекольная	60	1,06	4	6,36	66		0,02	3,34		203,088 6	18,8781	12,6742	26,0191	0,7697	0,0032		0,0123
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		18,43	20,5	48,74	453	4 173	0,27	16,15	1 380,04	91,6	100,03	341,12	4,77	0,01	0,06
	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		95,86	112,89	253,37	2 413	4 587,7	0,97	102,74	4 008,34	974,88	349,77	1 656,7	18,02	0,06	0,33

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	ККАЛ	А (рет.экв)	В1	С	D	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																	
209	Яйца вареные	1 шт	7,62	6,9	0,42	95	150	0,04			84	33	7,2	115,2	1,5			
121	Суп молочный с крупой (гречка)	180	4,08	3,94	13,63	106	14,4	0,07	0,47		186,505 2	97,8342	36,023	108,129 2	0,8978	0,0085		0,0213
630	Чай с молоком	180/13	0,06	0,02	13,47	54			0,03		7,72	9,9642	1,2567	2,5135	0,2513			
	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		13,8	11,56	42,48	329	164,4	0,18	0,5		278,2 3	147,7	54,38	251,0 4	3,22	0,01		0,02
	Завтрак 2																	
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
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18			
	Шоколад молочный	50																
	Всего в Завтрак 2		9,02	10,6	36,91	279	56	0,11	2,42		328,0 6	238,1 6	31,76	201,6 9	0,59			
	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
Таблица 24	Лук зеленый	20	0,25		0,64	4			2,4		51,8	18	3,24	4,68	0,18		0,0001	
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
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			
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
	Сок мультифрукт,0,2 тетропак	200																
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	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		28,59	28,17	58,81	603	4 953	0,41	27,46		938,1 2	97,83	87,4	494,0 6	10,49	6,31		0,26
	Всего в день		51,41	50,33	138,2	1 211	5 173,4	0,7	30,37		1 544, 41	483,6 9	173,5 4	946,8	14,29	6,32		0,28

№ 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																		
15	Сыр (порциями)Российский	15	3,59	2,98		41	20	0,01	0,17			133,875		64,8					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	180/5/5	4,92	8,6	32,79	228	40	0,05	0,45		163,296	97,5232	14,7417	89,3747	0,3269	0,0078		0,0226	
380	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,44	2,69	18,35	107		0,02	0,14		136,8	100,425	10,6488	71,7228	0,0063				
	Батон с йодоказеином	30	2,03	0,7	14,96	74		0,06				6,9	9,9	25,2	0,57				
	Всего в Завтрак 2		12,98	14,97	66,09	450	60	0,13	0,76		300,1	338,7	35,29	251,1	0,9	0,01		0,02	
	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	
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	1,0527	0,0265	0,0004	0,2143	
285	Макаронник с мясом	190/5	20	19,03	36,98	399	50	0,12	0,72		368,36	27,08	28,8	180,71	1,87				
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05		18,72	75					0,54	0,324			0,0486				
	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		35,34	24,62	91,81	730	60	0,4	14,58		1 377,	77,4	105,2	433,6	5,78	0,03		0,33	
	Полдник																		
	Вафли	50	1,83	13,46	28,44	242	1 800	0,02				3,52	2,61	18,27	0,261				
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		2,21	13,84	37,36	283	1 800	0,04	66		278	17,92	10,71	28,17	2,24				
	Ужин																		
316	Морковь,припущенная с маслом	60	0,86	1,5	5,46	39	6	0,03	1,24		125,568	28,3077	20,6232	30,8058	0,391	0,0031			
387	Печень по-строгановски	160	21,06	15,79	5,1	246	5 800	0,27	16,4		399,288	29,376	24,176	339,92	7,312				
304	Рис отварной	130	3,16	4,66	31,79	182		0,02			35,165	1,183	14,157	52,819	0,4563				
389	Сок фруктовый	180	0,14		4,07	17			0,72		44,64	4,32	2,16	3,96	0,54				
	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	
	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		29,54	22,54	62,33	570	5 806	0,44	20,36		751,7	85,91	92,14	528,8	10,56		0,06	0,35	
	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		85,11	81,73	264,9	2 136	7 762	1,06	102,96		2 969,	735,9	268,5	1 412,	19,67	0,04	0,06	0,71	

№ 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			
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
630	Чай с молоком	180/13	0,06	0,02	13,47	54			0,03		7,72	9,9642	1,2567	2,5135	0,2513			
	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		6,09	10,51	42,74	289	44,4	0,13	0,5		172,1 9	117,1 2	32,55	129,7 8	1,23	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 8	1,7653	0,0187		0,05
75	Икра морковная	60	0,96	4	5,52	62		0,03	2,4		161,328 6	24,226	18,8373	30,4838	0,486	0,0023		0,0031
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			
	Всего в Завтрак 2		13,03	19,42	25,94	331	150	0,12	2,57		375,6 3	105,1 6	45,42	237,7 3	3,37	0,02		0,05
	Обед																	
71	Огурцы свежие	80	0,61	0,07	1,9	10		0,02	3,2		112,8	16,56	10,08	30,24	0,432	0,0024		0,0144
138	Суп картофельный с бобовыми (горошек зел.)	200	1,56	2,93	8,34	66	10	0,05	4,48		277,92	13,4464	15,2911	39,7416	0,5429	0,0028	0,024	0,1544
279	Тефтели из говядины с соусом	80/50	10,78	14,54	13,38	227	40	0,05	1,5		308,52	43,39	25,1	127,18	1,02			
302	Каша рассыпчатая (гречневая)с маслом	130	6,25	4,65	29,72	186	13	0,16			200,622 5	9,9642	91,4006	137,192 6	3,0653	0,0016		0,0121
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05		18,72	75					0,54	0,324			0,0486			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	Хлеб ржаной	40	2,48	0,42	12,41	63		0,05			98	12,32	16,356	54,984	1,356			
	Всего в Обед		23,33	22,9	91,2	663	63	0,37	9,18		1 047	103,5 7	171,6 3	435,2 7	7,33	0,01	0,02	0,18
	Полдник																	
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
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		28,03	22,48	48,65	509	60	0,1	66,38		556,4 7	293,1 7	47,58	362,5 8	2,89			0,05
	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
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
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
	Кукуруза консервированная(порциями)	50	1,1	0,2	5,6	29		0,01	2,4			2,5		25	0,2			
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		19,62	23,6	64,41	549		63	0,27	26,12		1 170,24	97,25	80,61	321,59	4,94	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		95,14	104,66	280,32	2 443		416,4	1,04	106,01		3 584,33	932,26	402,99	1 657,95	19,94	0,05	0,02	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																	
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			
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		5,24	10,19	39,38	270	44,4	0,09	0,48		152,7 2	106,0 3	26,75	114,3 2	0,98	0,01		0,02
	Завтрак 2																	
285	Макаронник с говяжьей печенью	140/5	20	19,03	36,98	399	50	0,12	0,72		368,36	27,08	28,8	180,71	1,87			
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 Завтрак 2		20,06	19,05	48,79	447	50	0,12	0,73		376,1 9	28,62	29,95	182,8 6	2,12			
	Обед																	
Таблица 24	Лук зеленый	20	0,25		0,64	4			2,4		51,8	18	3,24	4,68	0,18		0,0001	
	Редис свежий(порционно)	60	0,68	0,05	2,08	11		0,01	6		153	21,06	7,02	23,76	0,54	0,0048		0,018
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
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
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
349	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05		18,72	75					0,54	0,324			0,0486			
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36		0,04			48,6	7,568	13,398	45,936	0,87			
	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		21,58	19,96	77,52	576	34,3	0,31	27,42		1 623, 81	157,6	108,0 8	378,0 7	5,78	0,02		0,12
	Полдник																	
402	Оладьи с изюмом (с повидлом)	80/20	5,44	12,28	45,93	316	10	0,08	0,25		223,61	59,14	15,65	78,42	0,97			
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18			
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		11,04	17,16	63,49	453	46	0,17	68,59		764,4 1	289,5 4	48,95	250,3 2	3,13			
	Ужин																	
75	Икра свекольная	60	1,06	4	6,36	66		0,02	3,34		203,088 6	18,8781	12,6742	26,0191	0,7697	0,0032		0,0123
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
389	Сок фруктовый	180	0,14		4,07	17			0,72		44,64	4,32	2,16	3,96	0,54			
278	Картофель,запеченный с яйцом	130	5,86	11,72	24,98	229	36,11	0,15	13,32		958,800 6	29,2864	36,0098	125,591 3	1,841	0,0124	0,0006	0,0648
	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		21,82	28,64	54,4	563	4 196,11	0,31	19,06		1 599,39	108,73	110,01	400,09	5,59	0,02		0,09
	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		84,78	100,76	290,96	2 411	4 406,81	1,05	117,55		4 779,32	906,51	348,94	1 496,66	17,78	0,05		0,23

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			91,65	106,4	243,8	2 299	232	0,93	131,9	3 585,	781,5	354,5	1 436,	17,92	0,04	0,01	0,48
					3					36	4	2	03				

№ 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																	
209	Яйца вареные	1 шт.	5,08	4,6	0,28	63	100	0,03			56	22	4,8	76,8	1			
31	Икра кабачковая (порциями)	60	1,14	5,34	4,62	71		0,01	4,2			24,6	9	22,2	0,42			
121	Суп молочный с крупой (гречка)	180	4,08	3,94	13,63	106	14,4	0,07	0,47		186,505	97,8342	36,023	108,129	0,8978	0,0085		0,0213
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		12,4	14,6	45,3	363	114,4	0,17	4,68		250,3	152,8	60,87	234,4	3,14	0,01		0,02
	Завтрак 2																	
223	Запеканка из творога с повидлом	170	21,48	15,53	30,3	347	71,58	0,05	0,29		192,618	190,558	28,6646	260,405	0,9497	0,0011		0,0441
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	96	36	0,07	2,34		262,8	216	25,2	162	0,18			
	Шоколад молочный	50																
	Всего в Завтрак 2		26,7	20,03	38,94	443	107,58	0,13	2,63		455,4	406,5	53,86	422,4	1,13			0,04
	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
101	Суп картофельный с рисом	200	1,61	1,63	12,7	72	6	0,06	5,28		375,26	11,652	17,372	43,814	0,61			
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
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,09	17,41	117	14,3	0,1	9		662,366	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			
	Соль (на весь день)	6																
	Зелень (на весь день)	10	0,35	0,04	0,69	5		0,01	6		100	22,05	3,69	11,52	0,495	0,0015		0,011
	Всего в Обед		18,65	15,24	62,34	461	20,3	0,34	23,54	0,01	1 632,	141,1	111,1	396,6	5,59	0,07	0,01	0,39
	Всего в день		57,75	49,88	146,5	1 267	242,28	0,64	30,84	0,01	2 338,	700,5	225,9	1 053,	9,85	0,08	0,01	0,45
	Итого		787,9	844,4	2 424,	20 45	27 663,49	9,24	945,28	0,02	33 26	8 105,	3 142,	13 82	169,0	6,82	0,18	4,12
	Среднее за период		78,79	84,45	242,4	2 045	2 766,35	0,92	94,53		3 326,	810,5	314,2	1 382,	16,9	0,68	0,02	0,41

Школа-интернат N36

**ВЕДОМОСТЬ КОНТРОЛЯ ЗА РАЦИОНОМ ПИТАНИЯ.
Пищеблок
Дети 3-7(СанПин2.3/2.4.3590-20)**

Сезон: Весенний

Диета: Без диет

Приемы: 0000010 Завтрак 1, 0000020 Завтрак 2, 0000030 Обед, 0000040 Полдник, 0000050 Ужин, 0000080 Второй ужин

№ п/п	Наименование группы пищевой продукции	Норма* продукции в граммах нетто	Фактический расход продуктов по дням (всего) г, на одного человека										В среднем за период	Отклоне ние 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	60,0	50,0	60,0	60,0	30,0	50,0	60,0	50,0	50,0	30,0	50,0	0
2	Хлеб пшеничный	80,0	71,6	81,0	71,6	102,5	66,0	80,0	80,0	84,0	100,0	71,0	80,8	0
3	Мука пшеничная	29,0	50,3	19,5	22,1	16,0	35,1	36,9	30,4	43,4	22,5	10,2	28,6	0
4	Крупы, бобовые	43,0	48,4	62,8	64,8	23,4		74,8	63,6		74,8	26,5	43,9	0
5	Макаронные изделия	12,0			25,0		35,0	25,0		35,0			12,0	0
6	Картофель	140,0	166,2	170,0	184,0	181,2	32,0	90,0	170,0	101,3	140,0	171,2	140,6	0
7	Овощи свежие, зелень	220,0	216,2	251,8	210,0	112,4	142,4	212,1	340,8	259,4	366,0	89,0	220,0	0
8	Фрукты (плоды) свежие	100,0	125,0	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	18,0	20,0		18,0		18,0		18,0	18,0		11,0	0
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстан*	150,0	180,0	180,0		180,0	200,0	180,0		180,0	200,0	200,0	150,0	0
11	Мясо жилованное (мясо на кости) 1 кат	55,0	79,0	79,0	79,0			79,0	79,0	79,0	80,0		55,4	0
12	Цыплята 1 категории потрошенные (куры 1 кат. п/п)	24,0			59,0	56,0			56,0		69,0		24,0	0
13	Рыба-филе	37,0	69,0	53,0		69,0		59,0		69,0		53,0	37,2	0
14	Молоко,кисломолочная продукция	450,0	403,4	506,0	476,5	436,1	429,3	460,0	464,2	535,9	475,0	306,5	449,3	0
15	Творог (5-9% м.д.ж.)	40,0		122,0		138,0			150,0				41,0	2
16	Сыр	6,0	15,0		15,0			15,0			15,0		6,0	0
17	Сметана (массовая доля жира не более 15%)	11,0		30,2	16,9	6,0		20,0	11,3	6,9		17,9	10,9	0
18	Масло сливочное	21,0	23,3	21,6	24,0	16,2	22,4	18,0	25,0	21,4	33,2	13,4	21,9	0
19	Масло растительное	11,0	8,3	10,1	7,6	7,5	16,2	11,6	15,6	16,6	8,4	8,0	11,0	0
20	Яйцо диетическое	40,0	9,1	86,4		83,8	61,0	8,0	76,0	27,6	4,0	45,4	40,1	0
21	Сахар	30,0	36,6	35,4	29,1	35,5	23,2	29,3	30,3	29,2	35,1	25,5	30,9	0
22	Кондитерские изделия	20,0		25,0	50,0			50,0			50,0	25,0	20,0	0
23	Чай	0,6		0,5	0,9	0,5	0,5		1,4	0,9	0,9	0,5	0,6	0
24	Какао	0,6	3,6		3,6								0,7	0
25	Дрожжи хлебопекарные	0,5	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
29	Печень говяжья	25,0					74,0	110,0		74,0			25,8	0

Диетсестра

Головинова С.Н.

(подпись)

(расшифровка)

(дата)

Зав.столовой

Федоренко Н.З.

(подпись)

(расшифровка)

(дата)

Зав.медчастью

Печегина Т.Ю.

(подпись)

(расшифровка)

(дата)

25.03.2025г