

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Сохновская средняя общеобразовательная школа»
ИНН 2456006877, ОГРН1032401 480100, КПП245601001
662219, Назаровский район, пос. Сохновка, ул. 40 лет Победы,1, Тел 8 (39155)96537
sohnovka@mail.ru, <http://sohnovka.ucoz.ru>

Утверждаю:
Директор МБОУ «Сохновская СОШ»
_____ О.Н.Сергеева

примерное цикличное меню
с технологическими картами для приготовления блюд
для организации питания детей
в МБОУ «Сохновская СОШ»



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 9							День 9						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
9	Каша вязкая молочная жидкая (пшениная)	200	8,33	8,33	41,4	274	9	Каша вязкая молочная жидкая (пшениная)	250	10,41	10,41	51	311,25
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00
ГП	Йогурт	100	5,00	3,20	8,50	87,00	ГП	Йогурт	100	5,00	3,20	8,50	87,00
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	690	21,92	15,71	125,11	737,40		Итого	760	25,29	17,91	143,21	815,45
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	5,36	9,95	20,03	202	28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	5,36	9,95	20,03	202
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
53	Курица в соусе с томатом	90	10,20	10,13	3,08	144,00	53	Курица в соусе с томатом	120	13,60	13,50	4,10	192,00
35/85	Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги)	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35/85	Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги)	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	855	30,05	28,45	115,03	796,70		Итого	885	38,66	33,47	142,15	970,60
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		51,97	44,16	240,14	1534,10		Итого за день		63,95	51,38	285,36	1786,05
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		112,49	93,16	119,47	108,80		Процент удовлетворения суточной потребности		118,43	93,08	124,18	109,44



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 5							День 5						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
23	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	125	17,27	9,62	11,14	196,33	23	Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным	125	17,27	9,62	11,14	196,33
41	Рис отварной	150	3,77	6,11	41,40	235,65	41	Рис отварной	180	4,53	7,34	49,68	282,78
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	515	23,72	15,96	93,71	606,58		Итого	565	25,77	17,31	110,49	694,51
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом	265	5,01	9,89	7,9	147	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом	265	5,01	9,89	7,9	147
6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	885	40,20	32,90	118,82	895,14		Итого	1005	44,49	34,51	143,00	1010,24
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		63,92	48,86	212,53	1501,72		Итого за день		70,26	51,82	253,49	1704,75
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		138,35	103,08	105,74	106,50		Процент удовлетворения суточной потребности		130,11	93,88	110,31	104,46



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 3							День 3						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	165	26,69	18,63	27,39	398,00	31	Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	32,22	22,57	33,91	486,00
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	150	2,25	0,75	31,50	144,00
	Итого	515	28,94	19,38	73,93	604,00		Итого	550	34,47	23,32	80,45	692,00
Обед							Обед						
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом	260	8,12	8,65	21,24	189	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом	260	8,12	8,65	21,24	189
29	Гуляш	100	8,96	14,56	4,57	186,03	29	Гуляш	100	8,96	14,56	4,57	186,03
24	Каша рассыпчатая	150	8,34	8,64	37,61	259,00	24	Каша рассыпчатая	180	10,01	10,37	45,13	310,80
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	860	32,93	38,39	128,42	983,23		Итого	960	37,45	43,00	152,84	1144,23
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		61,87	57,77	202,35	1587,23		Итого за день		71,92	66,32	233,29	1836,23
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		133,92	121,88	100,67	112,57		Процент удовлетворения суточной потребности		133,19	120,14	101,52	112,51



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 4							День 4						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
18	Омлет натуральный	200	19,35	25,79	3,81	322,42	18	Омлет натуральный	200	19,35	25,79	3,81	322,42
32	Булочка домашняя	100	7,50	130,00	60,34	388,34	32	Булочка домашняя	100	7,50	130,00	60,34	388,34
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00
ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,90	80,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,45	0,50	22,40	100,00
	Итого	540	28,87	156,20	97,30	854,76		Итого	550	29,36	156,30	101,80	874,76
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом	265	5,04	9,77	9,79	160	22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом	265	5,04	9,77	9,79	160
7	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	Пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
44	Котлеты, биточки, шницели с маслом сливочным	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	Котлеты, биточки, шницели с маслом сливочным	105	16,91	15,68	14,82	265,33
35/85	Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги)	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35/85	Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги)	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	765	16,99	16,49	91,24	598,40		Итого	885	21,36	17,59	113,85	720,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		45,86	172,69	188,54	1453,16		Итого за день		50,72	173,89	215,65	1594,96
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		99,26	364,32	93,80	103,06		Процент удовлетворения суточной потребности		93,93	315,02	93,84	97,73



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 6							День 6						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
50	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,25	4,78	20,70	142,75	50	Суп молочный с макаронными изделиями	250	4,25	4,78	20,70	142,75
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64
20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00	20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	510	9,31	8,01	66,74	378,99		Итого	530	10,60	8,13	75,24	419,79
Обед							Обед						
10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	60	0,60	0,00	2,70	12,00	10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	100	1,00	0,00	4,50	20,00
47	Суп картофельный с крупой с мясом	260	5,09	7,59	14,12	160	47	Суп картофельный с крупой с мясом	260	5,09	7,59	14,12	160
45	Капуста тушеная с мясом	250	17,10	15,14	14,46	276,25	45	Капуста тушеная с мясом	250	17,10	15,14	14,46	276,25
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	860	29,14	23,93	102,46	774,45		Итого	930	31,63	23,25	118,08	844,05
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		38,45	31,94	169,20	1153,44		Итого за день		42,23	31,38	193,32	1263,84
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		83,23	67,38	84,18	81,80		Процент удовлетворения суточной потребности		78,20	56,85	84,13	77,44



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 2							День 2						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
34	Плов из птицы	200	19,87	25,33	32,13	436,00	34	Плов из птицы	230	22,85	29,13	36,95	501,40
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	60	3,23	4,20	35,03	190,84	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	60	3,23	4,20	35,03	190,84
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	500	25,76	29,76	119,13	849,84		Итого	550	30,03	33,68	132,45	956,04
Обед							Обед						
10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	60	0,60	0,00	2,70	12,00	10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	100	1,00	0,00	4,50	20,00
49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,05	10,68	20,2	205,4	49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,05	10,68	20,2	205,4
42	Азу	200	12,72	19,14	22,32	312,32	42	Азу	200	12,72	19,14	22,32	312,32
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	800	26,64	31,02	96,44	776,52		Итого	870	29,13	30,34	112,06	846,12
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		52,40	60,78	215,57	1626,36		Итого за день		59,16	64,02	244,51	1802,16
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		113,42	128,23	107,25	115,34		Процент удовлетворения суточной потребности		109,56	115,98	106,40	110,43



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 8							День 8						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
9	Каша вязкая молочная жидкая (рисовая)	200	5,73	7,14	40,65	249	9	Каша вязкая молочная жидкая (рисовая)	250	7,16	8,93	50,81	311,25
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00
15	Бутерброд с маслом	40	3,12	7,47	19,81	159,00	15	Бутерброд с маслом	40	3,12	7,47	19,81	159,00
	Итого	600	13,29	15,45	117,88	668,80		Итого	670	16,01	17,36	136,54	771,85
Обед							Обед						
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
19	Суп-лапша с мясом	260	9,01	7,99	15,34	171,00	19	Суп-лапша с мясом	260	9,01	7,99	15,34	171,00
12	Тефтели	100	11,88	14,04	11,99	221,00	12	Тефтели	100	11,88	14,04	11,99	221,00
37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00	37	Соус красный основной	30	0,34	0,59	2,66	16,00
7	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	Пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	890	32,36	34,26	122,36	932,80		Итого	1010	36,25	38,84	145,45	1086,20
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		45,65	49,71	240,24	1601,60		Итого за день		52,26	56,20	281,99	1858,05
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		98,81	104,87	119,52	113,59		Процент удовлетворения суточной потребности		96,78	101,81	122,71	113,85



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 7							День 7						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
11	Макаронные изделия отварные	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макаронные изделия отварные	200	7,54	9,00	38,72	193,20
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
	Итого	530	33,14	21,45	93,73	656,70		Итого	610	37,11	23,02	117,24	766,60
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
54	Суп с рыбными консервами	250	8,48	3,83	13,82	138,00	54	Суп с рыбными консервами	250	8,48	3,83	13,82	138,00
44	Котлеты, биточки, шницели с маслом сливочным	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	Котлеты, биточки, шницели с маслом сливочным	105	16,91	15,68	14,82	265,33
16	Капуста тушеная	150	3,00	5,40	15,90	124,50	16	Капуста тушеная	200	4,00	7,20	21,20	166,00
48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	48	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	844	33,44	24,25	95,29	752,10		Итого	975	38,55	27,33	116,58	890,73
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		66,58	45,70	189,02	1408,80		Итого за день		75,66	50,35	233,82	1657,33
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		144,11	96,41	94,04	99,91		Процент удовлетворения суточной потребности		140,11	91,21	101,75	101,55



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 1							День 1						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
11	Макароны запеченные с сыром	150	5,66	6,75	29,04	144,90	11	Макароны запеченные с сыром	200	7,54	9,00	38,72	193,20
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80
	Итого	510	13,80	10,78	97,95	492,50		Итого	580	16,97	13,15	116,13	581,60
Обед							Обед						
1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	60	1,86	0,12	3,90	24,00	1	Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные)	100	3,10	0,20	6,50	40,00
22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом	265	5,04	9,77	9,79	160	22	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом	265	5,04	9,77	9,79	160
29	Гуляш	100	8,96	14,56	4,57	186,03	29	Гуляш	100	8,96	14,56	4,57	186,03
24	Каша рассыпчатая	150	8,34	8,64	37,61	259,00	24	Каша рассыпчатая	180	10,01	10,37	45,13	310,80
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	865	30,57	34,29	116,25	906,83		Итого	965	35,57	35,42	140,19	1036,23
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		44,37	45,07	214,20	1399,33		Итого за день		52,54	48,57	256,32	1617,83
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		96,04	95,08	106,57	99,24		Процент удовлетворения суточной потребности		56,35	87,99	111,54	99,13



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 10							День 10						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
84	Жаркое по-домашнему	250	23,31	29,25	21,5	441,94	84	Жаркое по-домашнему	270	25,17	31,59	23,22	477,3
ГП	Конфеты,шоколад, зефир, мармелад и др.	20	1,96	6,94	10,08	110,80	ГП	Конфеты,шоколад, зефир, мармелад и др.	20	1,96	6,94	10,08	110,80
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
2	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80	2	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
	Итого	510	31,43	39,10	76,89	786,14		Итого	550	34,58	41,56	87,11	862,30
Обед							Обед						
10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	60	0,60	0,00	2,70	12,00	10	Консервы овощные закусочные (порциями) лечо	100	1,00	0,00	4,50	20,00
5	Суп картофельный с бобовыми с мясом	260	8,12	8,65	21,24	189	5	Суп картофельный с бобовыми с мясом	260	8,12	8,65	21,24	189
34	Плов из птицы	200	19,87	25,33	32,13	436,00	34	Плов из птицы	230	22,85	29,13	36,95	501,40
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40	17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	35,00	141,40
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	1,50	0,50	21,00	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	100	1,50	0,50	21,00	115,20
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	910	36,44	35,68	148,25	1078,40		Итого	1010	41,91	38,80	168,69	1213,40
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		67,87	74,78	225,14	1864,54		Итого за день		76,49	80,36	255,80	2075,70
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		146,90	157,76	112,01	132,24		Процент удовлетворения суточной потребности		141,65	145,58	111,31	127,19



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 11							День 11						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
51	Суп молочный с крупой	250	4,5	4,93	19,63	140,75	51	Суп молочный с крупой	250	4,5	4,93	19,63	140,75
52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	52	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00
ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20	ГП	Яблоко, или груша, или банан, или др.	120	1,80	0,60	25,20	115,20
377	Бутерброд с сыром	15,5	4,97	8,01	7,56	122,20	377	Бутерброд с сыром	15,5	4,97	8,01	7,56	122,20
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
	Итого	626	13,95	13,77	93,56	552,75		Итого	646	15,24	13,89	102,06	593,55
Обед							Обед						
4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	4	Овощи натуральные свежие (или соленые)	100	0,80	0,10	1,70	13,00
33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом	265	5,01	9,89	7,9	147	33	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом	265	5,01	9,89	7,9	147
44	Котлеты, биточки, шницели с маслом сливочным	94	15,21	13,76	13,33	235,00	44	Котлеты, биточки, шницели с маслом сливочным	105	16,91	15,68	14,82	265,33
7	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,60	7	Пюре картофельное	200	4,16	6,80	24,76	176,80
35/85	Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги)	200	0,70	0,30	22,80	97,00	35/85	Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги)	200	0,70	0,30	22,80	97,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	859	30,79	30,31	99,80	804,20		Итого	990	35,94	33,29	121,98	945,53
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		44,74	44,08	193,36	1356,95		Итого за день		51,18	47,18	224,04	1539,08
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		96,84	93,00	96,20	96,24		Процент удовлетворения суточной потребности		94,78	85,47	97,49	94,31



Дети 7-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 12							День 12						
№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
Завтрак							Завтрак						
6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	6	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
24	Каша рассыпчатая	150	8,34	8,64	37,61	259,00	24	Каша рассыпчатая	180	10,01	10,37	45,13	310,80
20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00	20	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,39	91,00
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный или батон	30	2,40	0,05	12,03	62,40
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье, или др.)	20	1,08	1,40	11,68	63,64
	Итого	510	34,50	25,47	83,65	706,24		Итого	560	37,46	27,32	99,67	798,84
Обед							Обед						
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40	27	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00
28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	5,36	9,95	20,03	202	28	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной	265	5,36	9,95	20,03	202
26	Жаркое по-домашнему	200	18,65	23,4	17,2	353,55	26	Жаркое по-домашнему	200	18,65	23,4	17,2	353,55
25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00	25	Сок	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ГП	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,90	22,74	124,80	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,40	0,12	32,08	166,40
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	17,92	80,00
	Итого	815	32,02	39,89	111,03	947,75		Итого	885	34,87	42,77	127,93	1056,95
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	Итого за день		66,52	65,36	194,68	1653,99		Итого за день		72,33	70,09	227,60	1855,79
	Суточная потребность		46,20	47,40	201,00	1410,00		Суточная потребность		54,00	55,20	229,80	1632,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		143,98	137,89	96,86	117,30		Процент удовлетворения суточной потребности		133,94	126,97	99,04	113,71



Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 7-11 лет					Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше				
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 12 дней	650,20	740,90	2484,97	18141,22	Итого за 12 дней	738,70	791,56	2905,19	20591,77
Итого за 1 день	54,18	61,74	207,08	1511,77	Итого за 1 день	61,56	65,96	242,10	1715,98
Соотношение Б:Ж:У	1,00	1,14	3,82		Соотношение Б:Ж:У	1,00	1,07	3,93	
Суточная потребность	46,20	47,40	201,00	1410,00	Суточная потребность	54,00	55,20	229,80	1632,00
Процент удовлетворения суточной потребности	117,28	130,26	103,03	107,22	Процент удовлетворения суточной потребности	114,00	119,50	105,35	105,15

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептов

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептов

Идентификатор документа 3a5bb530-002a-4d77-b2b8-f9c54e0ad5c7

Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»



Подписи отправителя:	Владелец сертификата: организация, сотрудник	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
 Подписи отправителя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СОХНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" Сергеева Ольга Николаевна, ДИРЕКТОР	460С7В1В93СЕ3АЕА1491104АСF262064А7049202 с 07.02.2022 06:31 по 07.05.2023 06:31 GMT+03:00	09.03.2023 12:16 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
 Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СОХНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" Сергеева Ольга Николаевна, ДИРЕКТОР	460С7В1В93СЕ3АЕА1491104АСF262064А7049202 с 07.02.2022 06:31 по 07.05.2023 06:31 GMT+03:00	09.03.2023 12:17 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа