

«Утверждаю»

ИП Пиклов С.В.

/С.В.Пиклов /

28.08.2023г.

«Согласовано»

МАОУ «СОШ №37»

/Т.А.Мухатаева/

28.08.2023г.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ 7-11 ЛЕТ
ИП Пиклов С.В.
НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД ГОДА
(г.Пермь)

Общеобразовательные организации с продолжительностью нахождения ребенка в организации до 6 часов

Сборнике технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, 2013 год, единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2018год, 2021год.

ИП Пиклов С.В.



День 1

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11 ЛЕТ) ОСЕНЬ, ЗИМА 2023Г


№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№410/2013	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	90	17,61	6,22	5,48	148,33	0,08	0,13	1,41	48,9	36,97	127,62	16,49	1,00
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ02	160	11,11	7,15	49,70	307,63	0,33	0,16		25,6	18,25	229,30	152,49	5,13
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ0	40	3,80	0,40	17,25	87,80	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подменю:			33,00	13,83	83,91	592,14	0,49	0,33	7,41	74,5	79,33	414,62	184,38	7,07
ОБЕД														
№4/2013	.САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ06	60	0,99	6,05	5,27	79,49	0,02	0,02	22,98		26,64	19,19	10,39	0,36
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ06	200	4,63	3,46	17,44	119,37	0,20	0,07	15,00	16,0	40,10	95,42	35,30	1,75
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"01	90	17,58	15,70	11,43	257,34	0,06	0,08	0,79	32,9	30,45	86,72	11,85	1,70
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ06	150	6,24	6,56	34,67	222,71	0,09	0,03		27,2	20,89	48,36	8,73	0,91
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ01	180	0,40	0,02	19,60	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,0	20	1,52	0,16	6,90	35,12	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ2	20	0,98	0,20	8,96	41,56	0,02	0,01			3,60	18,40	4,00	0,58
Итого по подменю:			32,34	32,15	104,27	835,74	0,41	0,23	39,13	76,1	145,93	294,95	78,47	6,63
ПОЛДНИК														
№460/2018	.ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,25	12,33	66,97	0,02	0,08	0,45		63,31	47,50	7,50	0,08
№573/2013	."ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА02	100	6,50	3,10	58,37	287,46	0,11	0,04	0,09	10,8	17,88	61,64	11,91	1,04
Итого по подменю:			8,10	4,35	70,70	354,43	0,13	0,12	0,54	10,8	81,19	109,14	19,41	1,12

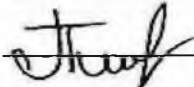
итого за день: 0,00 руб. 75,44 30,33 298,88 1782,31 1,03 0,08 47,08 181,3 308,43 018,71 282,20 14,62


Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	42,86	17,51	25,05	25,20
Обед (30 - 35 %)	42,00	40,70	31,13	35,56
Полдник (10 %)	10,52	5,51	21,10	15,08
Итого за день (60 - 70 %)	95,38	63,71	77,28	75,84

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,7:3,5

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 2

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№226/2018	.КАША"ДРУЖБА" С МАСЛОМ09	220	7,91	9,71	32,11	247,49	0,14	0,24	1,29	28,4	189,05	204,32	44,39	0,81
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№112/2013	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
№540/2013	.ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,35	1,54	39,12	183,75	0,06	0,02		5,2	7,81	30,00	5,34	0,41
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ11	40	3,42	0,36	15,52	79,02	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
Итого по подменю:			15,14	12,02	106,71	595,60	0,28	0,29	39,29	33,6	224,97	276,11	65,87	3,99
ОБЕД														
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ01	60	0,86	3,65	5,07	56,62					0,74	0,22	0,04	0,01
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	200	1,62	5,67	7,22	86,35	0,02	0,02	19,86	8,2	34,05	22,64	9,66	0,39
№372/2018	.БИТОЧЕК ИЗ ФИЛЕ КУРЫ90	90	19,72	4,82	7,87	153,78	0,09	0,15	1,59	27,2	47,25	146,27	19,58	1,14
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ01	170	4,56	7,00	33,09	213,57		0,01		30,6	15,29	5,04	0,80	0,12
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю:			35,30	22,28	121,01	825,78	0,25	0,26	22,25	66,0	152,43	297,57	71,48	4,73
ПОЛДНИК														
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№553/2013	.ШАНЕЖКА КАРТОФЕЛЬНАЯ02	100	8,31	9,33	50,58	319,55	0,19	0,15	12,66	31,9	72,22	130,19	29,87	1,34
Итого по подменю:			8,31	9,33	60,56	359,47	0,19	0,15	12,66	31,9	72,53	130,19	29,87	1,37

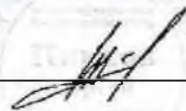
Итого за день: 0,00 руб. 59,75 43,63 288,28 1780,85 0,72 0,70 74,20 131,6 449,93 703,87 167,22 10,09

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся I-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	19,66	15,22	31,85	25,34
Обед (30 - 35 %)	45,84	28,20	36,12	35,14
Полдник (10 %)	10,79	11,81	18,08	15,30
Итого за день (60 - 70 %)	76,30	55,23	86,05	75,78

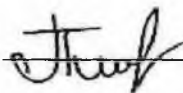
Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,7:4,9

Директор



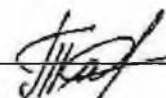
/С.В. Пиклов/

Зав. произ.



/Е.В. Пиклова/

Калькулятор



/Л.К.Тудеасева/

ИП Пиклов С.В.

День 3

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№4/2013	.САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ60	60	0,99	6,05	5,27	79,49	0,02	0,02	22,98		26,64	19,19	10,39	0,36
№307/2021	.БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	90	2,40	4,75	8,19	85,12	0,03	0,05	0,24	5,6	40,69	39,67	7,00	0,27
№377/2021	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ04	170	4,51	8,43	29,00	209,88	0,22	0,18	34,30	38,4	61,95	132,06	44,02	1,61
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16

Итого по подменю: 12,90 19,96 89,22 588,10 0,35 0,27 57,70 46,9 144,94 253,72 75,02 3,97

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,56	5,13	11,11	96,89	0,05	0,05	16,43	7,5	39,66	44,12	20,30	0,95
№390/2013	.ТЕФТЕЛИ "ЁЖИКИ" В СОУСЕ	90	8,39	15,43	9,17	209,09	0,03	0,02	2,61	34,0	10,94	34,20	7,79	1,43
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ04	150	10,42	6,70	46,59	288,40	0,31	0,15		24,0	17,11	214,97	142,96	4,81
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16

Итого по подменю: 25,95 28,30 117,06 826,82 0,51 0,32 54,04 228,9 101,61 365,19 198,65 9,85

ПОЛДНИК

№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№579/2013	.КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ01	100	4,83	8,48	53,57	309,83	0,08	0,04	0,07	42,6	21,43	49,56	8,41	0,64

Итого по подменю: 4,89 8,49 63,73 350,77 0,08 0,04 28,07 42,6 24,54 51,10 9,25 0,71

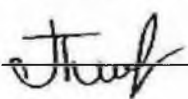
Итого за день: 0,00 руб. 42,74 56,75 270,01 1765,69 0,94 0,63 139,81 318,5 271,09 670,01 282,92 14,53

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся... -ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	16,75	25,27	26,63	25,03
Обед (30 - 35 %)	33,70	35,82	34,94	35,18
Полдник (10 %)	6,35	10,75	19,02	14,93
Итого за день (60 - 70 %)	56,81	71,84	80,60	75,14

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,3:6,2

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

//

День 4

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№275/2018	.ОМЛЕТ С СЫРОМ01	170	21,14	24,40	3,18	316,86	0,09	0,58	0,70	298,0	430,41	401,48	34,42	2,46
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№565/2013	.БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ01	85	3,78	7,37	30,98	205,35	0,07	0,03		38,1	10,55	37,50	6,28	0,51
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ2	45	1,90	0,20	8,63	43,90	0,03	0,01			5,00	16,25	3,50	0,28
Итого по подменю:			26,82	31,97	52,77	606,03	0,19	0,62	0,70	336,1	446,27	455,23	44,20	3,28

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№100/2021	.РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,88	5,30	13,12	107,70	0,08	0,06	13,36	7,5	19,06	57,11	20,09	0,74
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 02	240	40,46	13,55	27,46	393,54	0,33	0,34	35,00	57,4	53,47	342,12	75,30	3,59
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74
Итого по подменю:			50,76	20,01	111,44	828,80	0,55	0,47	54,76	64,9	131,63	534,03	130,19	8,32

ПОЛДНИК

№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№543/2013	.ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ01	100	5,13	5,90	52,12	282,13	0,09	0,03	4,22	20,0	18,51	45,96	11,24	1,55
Итого по подменю:			5,13	5,91	67,16	342,38	0,09	0,03	4,40	22,9	18,97	45,96	11,25	1,68

Итого за день: 0,00 руб. 82,71 57,89 231,37 1777,21 0,83 1,12 59,86 424,0 596,87 1035,22 185,64 13,28

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихс... -ой ступени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	34,83	40,47	15,75	25,79
Обед (30 - 35 %)	65,92	25,33	33,27	35,27
Полдник (10 %)	6,66	7,48	20,05	14,57
Итого за день (60 - 70 %)	107,42	73,28	69,07	75,63

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,7:2,8

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудеасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 2

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№226/2018	.КАША"ДРУЖБА"С МАСЛОМ6	220	7,34	9,02	29,80	229,77	0,13	0,22	1,19	26,4	175,65	189,67	41,20	0,75
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№112/2013	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
№540/2013	.ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,35	1,54	39,12	183,75	0,06	0,02		5,2	7,81	30,00	5,34	0,41
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙБ	40	4,18	0,44	18,98	96,58	0,06	0,02			11,00	35,75	7,70	0,61
Итого по подменю:			15,33	11,41	107,86	595,44	0,28	0,28	39,19	31,6	213,57	267,96	64,08	4,04

ОБЕД

№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ01	60	0,86	3,65	5,07	56,62					0,74	0,22	0,04	0,01
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	200	1,62	5,67	7,22	86,35	0,02	0,02	19,86	8,2	34,05	22,64	9,66	0,39
№372/2018	.БИТОЧЕК ИЗ ФИЛЕ КУРЫ90	90	19,72	4,82	7,87	153,78	0,09	0,15	1,59	27,2	47,25	146,27	19,58	1,14
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ01	170	4,56	7,00	33,09	213,57		0,01		30,6	15,29	5,04	0,80	0,12
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю:			35,30	22,28	121,01	825,78	0,25	0,26	22,25	66,0	152,43	297,57	71,48	4,73

ПОЛДНИК

№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№553/2013	.ШАНЕЖКА КАРТОФЕЛЬНАЯ02	100	8,31	9,33	50,58	319,55	0,19	0,15	12,66	31,9	72,22	130,19	29,87	1,34
Итого по подменю:			8,31	9,33	60,56	359,47	0,19	0,15	12,66	31,9	72,53	130,19	29,87	1,37

Итого за день: 0,00 руб. 58,94 43,02 289,43 1780,69 0,72 0,69 74,10 129,6 438,53 695,72 165,43 10,14

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	19,91	14,44	32,20	25,34
Обед (30 - 35 %)	45,84	28,20	36,12	35,14
Полдник (10 %)	10,79	11,81	18,08	15,30
Итого за день (60 - 70 %)	76,55	54,46	86,40	75,77

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,7:4,9

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/

ИП Пиклов С.В.

День 6

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№4/2013	.САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ60	60	0,99	6,05	5,27	79,49	0,02	0,02	22,98		26,64	19,19	10,39	0,36
371/2018	.КНЕЛИ ИЗ ФИЛЕ КУР1	90	18,02	3,71	4,01	121,47	0,07	0,12	1,41	37,8	20,31	125,55	17,26	0,97
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	7,07	7,43	39,30	252,36	0,10	0,03		30,8	23,50	54,77	9,89	1,02
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ11	40	3,42	0,36	15,52	79,02	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
Итого по подменю:			29,50	17,56	79,14	592,59	0,24	0,18	24,57	71,5	79,91	228,76	43,85	2,98

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,47	5,15	6,56	78,50	0,02	0,02	18,06	7,5	30,96	20,58	8,78	0,35
№390/2013	.ТЕФТЕЛИ "ЁЖИКИ" В СОУСЕ	90	8,39	15,43	9,17	209,09	0,03	0,02	2,61	34,0	10,94	34,20	7,79	1,43
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ04	150	10,42	6,70	46,59	288,40	0,31	0,15		24,0	17,11	214,97	142,96	4,81
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45
Итого по подменю:			26,53	28,14	116,75	826,45	0,48	0,28	27,47	65,5	120,11	389,65	203,13	9,40

ПОЛДНИК

№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№553/2013	.ШАНЕЖКА КАРТОФЕЛЬНАЯ02	100	8,31	9,33	50,58	319,55	0,19	0,15	12,66	31,9	72,22	130,19	29,87	1,34
Итого по подменю:			8,31	9,33	60,56	359,47	0,19	0,15	12,66	31,9	72,53	130,19	29,87	1,37

Итого за день: 0,00 руб. 61,74 55,03 256,45 1778,51 0,91 0,41 64,70 169,0 272,55 748,60 276,85 13,75

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	38,31	22,23	23,62	25,22
Обед (30 - 35 %)	34,45	35,62	34,85	35,17
Полдник (10 %)	10,79	11,81	18,08	15,30
Итого за день (60 - 70 %)	83,56	69,66	76,55	75,68

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:4,0

Директор



[Handwritten signature]

/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

[Handwritten signature]

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

[Handwritten signature]

/Л.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 7

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№264/2013	.КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,65	6,61	33,68	224,77	0,16	0,20	0,90	20,0	144,45	201,13	39,07	1,89
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№517/2013	.ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	95	3,80	1,43	9,31	65,27	0,03	0,14	0,57	9,5	117,80	90,25	14,25	0,10
№542/2021	.БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	65	4,27	10,27	37,55	259,72	0,08	0,02			9,58	40,26	7,23	0,57

Итого по подменю: 15,72 18,31 90,52 589,68 0,27 0,36 1,47 29,5 272,14 331,64 60,55 2,59

ОБЕД

№157/2018	.ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА)	60	1,23	2,66	7,36	58,26				12,0	0,72	0,90		0,01
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,56	5,13	11,11	96,89	0,05	0,05	16,43	7,5	39,66	44,12	20,30	0,95
№372/2018	.КОТЛЕТА ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	90	19,72	4,82	7,87	153,78	0,09	0,15	1,59	27,2	47,25	146,27	19,58	1,14
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ01	150	4,56	7,00	33,09	213,57		0,01		30,6	15,29	5,04	0,80	0,12
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ5	50	4,18	0,44	18,98	96,58	0,06	0,02			11,00	35,75	7,70	0,61
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74

Итого по подменю: 34,87 20,93 124,93 827,56 0,26 0,31 38,02 240,7 137,02 287,28 63,78 5,20

ПОЛДНИК

№462/2018	.КАКАО С МОЛОКОМ 200.	200	3,78	2,86	14,92	100,57	0,04	0,16	0,90		129,37	110,72	25,20	0,66
№543/2013	.ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ04	100	4,62	5,31	46,91	253,92	0,08	0,03	3,80	18,0	16,66	41,36	10,12	1,40

Итого по подменю: 8,40 8,17 61,83 354,49 0,12 0,19 4,70 18,0 146,03 152,08 35,32 2,06

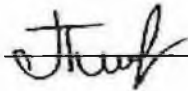
Итого за день: 0,00 руб. 58,99 47,41 277,28 1771,73 0,65 0,86 44,19 288,2 555,19 771,00 159,65 9,85

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся I-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,42	23,18	27,02	25,09
Обед (30 - 35 %)	45,29	26,49	37,29	35,22
Полдник (10 %)	10,91	10,34	18,46	15,08
Итого за день (60 - 70 %)	76,61	60,01	82,77	75,39

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,7

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/



"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 8

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№390/2013	.ТЕФТЕЛИ "ЕЖИКИ" В СОУСЕ	90	8,39	15,43	9,17	209,09	0,03	0,02	2,61	34,0	10,94	34,20	7,79	1,43
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ04	150	10,42	6,70	46,59	288,40	0,31	0,15		24,0	17,11	214,97	142,96	4,81
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ2	25	1,90	0,20	8,63	43,90	0,03	0,01			5,00	16,25	3,50	0,28
Итого по подменю:			21,43	22,46	76,83	595,17	0,41	0,20	45,61	58,0	44,56	282,56	167,09	7,13
ОБЕД														
№4/2013	.САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ60	60	0,99	6,05	5,27	79,49	0,02	0,02	22,98		26,64	19,19	10,39	0,36
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ06	200	4,63	3,46	17,44	119,37	0,20	0,07	15,00	16,0	40,10	95,42	35,30	1,75
№307/2021	.БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	90	2,40	4,75	8,19	85,12	0,03	0,05	0,24	5,6	40,69	39,67	7,00	0,27
№377/2021	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ04	170	4,51	8,43	29,00	209,88	0,22	0,18	34,30	38,4	61,95	132,06	44,02	1,61
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	60	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ 1	65	3,19	0,65	29,12	135,07	0,06	0,02			11,70	59,80	13,00	1,89
Итого по подменю:			20,72	23,84	131,50	823,35	0,60	0,37	72,92	60,0	215,58	400,54	124,11	7,77
ПОЛДНИК														
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№555/2013 Г	.КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ02	100	4,59	9,09	47,99	292,14	0,08	0,03		44,8	12,46	42,14	7,24	0,62
Итого по подменю:			4,65	9,10	58,15	333,08	0,08	0,03	28,00	44,8	15,57	43,68	8,08	0,69

Итого за день: 0,00 руб. 49,70 55,40 266,48 1751,60 1,09 0,40 146,53 162,8 275,71 726,78 299,28 15,59

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся I-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	27,83	28,43	22,93	25,33
Обед (30 - 35 %)	26,91	30,18	39,25	35,04
Полдник (10 %)	6,04	11,52	17,36	14,17
Итого за день (60 - 70 %)	60,78	70,13	79,55	74,54

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,2:5,7

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/



День 9

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)1	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 02	240	40,46	13,55	27,46	393,54	0,33	0,34	35,00	57,4	53,47	342,12	75,30	3,59
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ01	35	1,81	0,37	16,58	76,89	0,03	0,01			6,66	34,04	7,40	1,07

Итого по подменю: 45,03 14,23 70,45 589,90 0,40 0,37 38,18 60,3 80,39 410,06 95,31 5,48

ОБЕД

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№100/2021	.РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,88	5,30	13,12	107,70	0,08	0,06	13,36	7,5	19,06	57,11	20,09	0,74
№333/2018	.ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ01	90	10,75	13,68	4,41	183,75	0,02	0,03	19,80	18,0	25,47	33,56	10,89	1,84
418/2018	.СОУС ТОМАТНЫЙ01	50	0,43	1,85	3,30	31,40	0,01	0,01	1,35	10,0	3,52	5,32	2,01	0,12
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	7,07	7,43	39,30	252,36	0,10	0,03		30,8	23,50	54,77	9,89	1,02
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ0	50	3,80	0,40	17,25	87,80	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45

Итого по подменю: 27,12 29,36 114,00 828,55 0,37 0,19 51,51 66,3 102,45 247,06 73,68 6,73

ПОЛДНИК

№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2013	."ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА05	100	6,03	2,88	54,20	266,92	0,11	0,04	0,08	10,0	16,60	57,24	11,06	0,97

Итого по подменю: 6,71 3,16 73,84 350,72 0,12 0,10 20,08 173,4 28,90 57,24 14,46 1,60

Итого за день: 0,00 руб. 78,96 46,75 258,29 1769,17 0,89 0,66 109,77 300,1 211,74 714,36 183,45 13,81

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся .-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	58,48	18,01	21,03	25,10
Обед (30 - 35 %)	35,22	37,16	34,03	35,26
Полдник (10 %)	8,71	4,00	22,04	14,92
Итого за день (60 - 70 %)	102,42	59,18	77,10	75,28

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,3

Директор



[Handwritten signature]

/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

[Handwritten signature]

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

[Handwritten signature]

/Л.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 10

ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
№284/2018	.ЛУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	27,92	6,80	26,81	280,11	0,07	0,34	0,24	51,8	153,71	260,28	39,95	0,90
№481/2013	.МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,10	2,55	1,50	37,35	0,02	0,05	0,30		95,10	68,70	10,20	0,06
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
570/2013	.СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	4,57	2,81	34,76	182,56	0,07	0,02		12,4	11,19	38,44	7,03	0,56
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
Итого по подменю:			36,87	12,40	83,40	592,62	0,19	0,42	0,54	64,2	266,31	386,92	61,38	1,88
ОБЕД														
№5/2018	.САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И ОГУРЦОВ01	60	0,73	3,65	1,70	42,54	0,02	0,02	15,84		20,44	19,34	8,12	0,33
№134/2021	.СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	2,46	3,82	9,63	82,72	0,03	0,06	9,35	16,0	54,51	40,49	8,91	0,24
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ09	240	35,13	15,20	36,24	422,21	0,17	0,22	4,53	47,0	76,92	308,68	64,98	2,75
№491/2018	.КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ.	200	0,18	0,06	17,27	70,34					0,45			0,05
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ03	45	3,57	0,38	16,22	82,53	0,05	0,02			9,40	30,55	6,58	0,52
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	60	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74
Итого по подменю:			45,01	23,71	107,94	825,02	0,32	0,34	29,72	63,0	172,52	454,26	100,59	5,63
ПОЛДНИК														
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№552/2013	.ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ02	100	7,30	2,33	52,14	258,75	0,13	0,05	0,02	10,0	22,65	72,86	12,93	0,96
Итого по подменю:			7,30	2,34	67,18	319,00	0,13	0,05	0,20	13,0	23,11	72,86	12,94	1,09

Итого за день: 0,00 руб. 89,78 38,45 258,52 1736,64 0,64 0,91 30,46 140,2 461,94 914,04 174,91 8,60

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся .-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	47,88	15,70	24,90	25,22
Обед (30 - 35 %)	58,45	30,01	32,22	35,11
Полдник (10 %)	9,48	2,96	20,05	13,57
Итого за день (60 - 70 %)	115,82	48,67	77,17	73,90

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,4:2,9

Директор



[Handwritten signature]

/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

[Handwritten signature]

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

[Handwritten signature]

/Т.К.Тудвасева/

ИП Пиклов С.В.

Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней
Подразделение: ОСНОВНОЕ МЕНЮ (7-11ЛЕТ) ОСЕНЬ,ЗИМА 2023Г

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека											В среднем за период	Норма в день, г(мл)	Отклонение от нормы, %
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
1. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	0,17	0,25		0,25	1,00	0,16	0,26	0,30	0,17	0,28		0,18	0,18	5,3
2. КАКАО							2,40					0,29	0,30	-3,3
3. КАРТОФЕЛЬ	50,00	87,20	185,70	195,50	50,00	84,90	15,60	220,10	195,50	16,80		127,00	130,90	-2,9
4. КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (ЖИРН. 2.5%,3.2%)							95,00					12,45	13,00	-4,2
5. КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30,00	30,00	0,50				0,50		30,00			7,35	7,00	5,0
7. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	92,20	96,30	76,50	4,00	69,40	83,20	93,40	92,50	8,50	84,00		42,00	40,00	5,0
8. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	51,00				56,10	57,80			57,80			15,25	14,50	5,3
9. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	10,00	12,50	14,40	17,50	14,80	13,20	15,00	10,80	14,20	14,50		11,05	10,50	5,2
10. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	31,61	23,80	36,20	18,80	22,30	32,60	20,20	40,70	17,21	9,10		22,00	21,00	4,7
11. МОЛОКО (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2.5%, 3.2%)	85,30	208,60	66,60	53,60	18,00	46,90	225,70	58,60		60,00		156,00	165,00	-5,4
12. МУКА ПШЕНИЧНАЯ	40,50	76,20	45,50	35,60	45,50	25,50	72,50	23,30	35,60	51,20		45,50	44,50	2,2
13. МЯСО ЖИЛОВАННОЕ (МЯСО НА КОСТИ) 1 кат.	36,00		37,70			37,70		37,70	51,30			42,51	45,00	-5,4
14. ОВОЩИ СВЕЖИЕ, ЗЕЛЕНЬ	135,20	111,10	199,50	130,80	163,20	183,00	125,10	153,20	237,60	131,80		190,00	196,00	-3,1
15. РЫБА-ФИЛЕ			71,40					71,40				33,00	34,80	-5,2
16. САХАР	22,00	25,50	29,80	28,80	22,00	22,30	26,50	27,80	25,60	27,80		25,20	25,00	0,8
17. СМЕТАНА (МАССОВ. ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 15%)		6,40	5,00	5,00		5,90	5,00		5,00	11,70		6,65	7,00	-5,0
18. СОКИ ПЛОДОВООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИННЫЕ					200,00							24,00	25,00	-4,0
19. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,90	2,10	2,20	1,60	2,10	2,10	1,90	2,50	1,70	2,40		2,00	1,95	2,5
21. СЫР				35,90								4,78	5,00	-4,4
22. ТВОРОГ (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 9%)										113,20		18,90	20,00	-5,4
23. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СВЕЖИЕ		107,00	7,00	42,20	27,00		37,95	14,00	20,00	20,00		85,50	90,00	-5,0
24. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СУХИЕ, в т.ч. ШИПОВНИК	18,00	20,00	20,00	20,00		20,00	20,00	20,00	20,00			11,05	10,50	5,3
25. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	89,20	119,30	87,10	105,00	93,20	70,00	69,30	102,10	80,00	85,00		102,00	105,00	-2,8
26. ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20,00	60,00	80,00	60,00	90,00	50,00	60,00	65,00	85,00	60,00		57,50	56,00	2,6
27. ЦЫПЛЯТА 1 кат. ПОТРОШЕННЫЕ (КУРЫ 1 кат.)	101,70	68,10		104,50	163,20	67,50	68,10		104,50	100,80		52,70	50,00	5,4
28. ЧАЙ	2,00	2,00	2,00	2,00	1,00	2,00	1,00	2,00	1,00	2,00		1,50	1,45	3,4
29. ЯЙЦО	11,37	13,20	4,00	104,30	9,70	10,40	7,00	6,70	3,14	32,00		25,80	27,00	-4,4

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	67,93	49,10	264,00	1769,60		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	781,50	784,50	775,80	177,45	782,10	8,59
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг	С, мг	
	475,00	0,83	0,89	8,65	43,00	

Подпись руководителя организации и дата ознакомления: С.В. Пиклов "28." 08 2023 г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления: _____ "___" _____ 2023 г.

