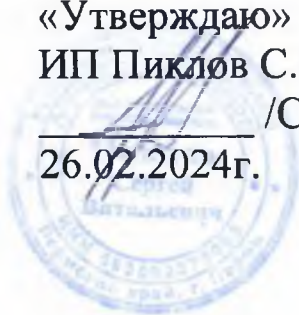


«Утверждаю»

ИП Пиклов С.В.

/С.В.Пиклов /

26.02.2024г.



«Согласовано»

МАОУ «СОШ №37»

/Т.А.Мухатаева/

26.02.2024г.



ОСНОВНОЕ МЕНЮ 12-18 ЛЕТ

ИП Пиклов С.В.

НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА ДИАБЕТ (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. . Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для школьного питания издание шестое переизданное часть 1, часть 2, Уфа 2023г ООО Фирма «Партнер»

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 1

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс														
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00		23,00	42,00	14,00	0,60
№134/2023	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР2023	100	18,57	5,81	6,14	151,19	0,08	0,14	1,49	47,2	40,92	135,51	17,66	1,06
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ05	200	13,88	8,94	62,13	384,54	0,41	0,20		32,0	22,81	286,62	190,61	6,41
№457/2018	.ЧАЙ Б/С	200									0,01			
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)1	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ05	250	2,06	7,22	9,19	109,90	0,02	0,03	25,28	10,5	43,34	28,82	12,29	0,49
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ01	280	40,15	17,37	41,41	482,52	0,20	0,25	5,18	53,7	87,91	352,77	74,26	3,14
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Б/С	200	0,44	0,02	11,80	49,14		0,01	0,40		22,20	15,40	6,00	1,20
№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:			80,92	40,46	172,81	1379,03	0,88	0,74	67,35	143,4	268,59	960,72	350,82	16,12

Итого за день: 0,00 руб. 80,92 40,46 172,81 1379,03 0,88 0,74 67,35 143,4 268,59 960,72 350,82 16,12

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

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	105,09	51,22	51,59	58,68
Обед (30 - 35 %)	105,09	51,22	51,59	58,68
Итого за день (50 - 60 %)	210,18	102,43	103,17	117,36

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,5:2,1

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 2

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс														
	ЗАВТРАК													
194/2023	.КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ Б/С 1	260	9,58	15,46	42,58	347,86	0,05	0,19	1,10	28,2	158,69	118,48	18,47	0,17
№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
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80		3,19	1,58	0,87	0,07
№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
	ОБЕД													
№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)2	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	250	1,95	6,41	13,89	121,11	0,06	0,06	20,53	9,3	49,57	55,15	25,38	1,18
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ01	100	9,32	19,14	9,89	249,07	0,03	0,02	3,56	8,8	11,78	36,99	9,36	1,61
№242/2013	.КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ2	180	5,67	7,19	40,27	248,41	0,07	0,05		36,0	26,80	196,88	24,11	1,11
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ Б/С	200	1,04	0,06	10,20	45,50	0,02	0,04	0,80		32,00	29,20	21,00	0,64
№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:			36,37	60,50	169,99	1369,98	0,36	0,50	69,90	153,9	483,03	627,68	143,69	9,74

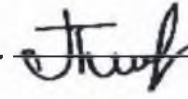
Итого за день: 0,00 руб. 36,37 60,50 169,99 1369,98 0,36 0,50 69,90 153,9 483,03 627,68 143,69 9,74

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	47,23	76,58	50,74	58,30
Обед (30 - 35 %)	47,23	76,58	50,74	58,30
Итого за день (50 - 60 %)	94,47	153,16	101,49	116,59

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:1,7:4,7

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудеасева/



"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 3

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс

ЗАВТРАК														
№33/2023	.САЛАТ "ПЕСТРЫЙ"01	100	1,37	5,18	13,35	105,55	0,03	0,04	11,08		35,40	39,07	20,85	1,78
№87/2023	.ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ01	110	1,98	7,38	11,08	118,61	0,04	0,02	4,09	10,5	10,75	25,32	7,48	0,46
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ	180	5,36	8,23	38,93	251,26		0,01		36,0	17,62	5,85	0,92	0,14
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ Б/С	200		0,01	0,07	0,37			0,18	2,9	0,01		0,01	0,09
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00		23,00	42,00	14,00	0,60
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,22	4,66	23,47	160,72	0,27	0,10	19,17	21,6	51,65	127,80	46,90	2,35
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 01	280	47,20	15,80	32,03	459,13	0,38	0,40	40,83	66,9	62,38	399,14	87,85	4,19
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ Б/С	200	0,08	0,08	1,96	8,88	0,01		2,00		3,20	2,20	1,80	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: 66,44 42,14 154,75 1264,08 0,83 0,63 87,35 138,1 216,61 705,78 193,81 12,08

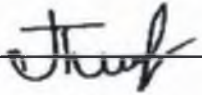
Итого за день: 0,00 руб. 66,44 42,14 154,75 1264,08 0,83 0,63 87,35 138,1 216,61 705,78 193,81 12,08

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	86,29	53,34	46,19	53,79
Обед (30 - 35 %)	86,29	53,34	46,19	53,79
Итого за день (50 - 60 %)	172,57	106,68	92,39	107,58

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,6:2,3

Директор  /С.В. Пиклов/

Зав. произ.  /Е.В. Пиклова/

Калькулятор  /Т.К.Тудвасева/



"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 4

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)



№ 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, ОБЕД 5-11 класс														
ЗАВТРАК														
№268/2021	.ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ02	220	20,64	30,73	5,28	380,30	0,13	0,76	0,78	417,5	189,82	354,92	29,70	3,61
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№457/2018	.ЧАЙ Б/С	200									0,01			
№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
ОБЕД														
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,44	6,09	8,45	94,36					1,10	0,35	0,07	0,01
№100/2021	.РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ03	250	2,54	7,15	17,70	145,27	0,11	0,08	18,01	10,1	25,71	77,04	27,09	1,00
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"02	100	19,48	13,42	12,62	249,15	0,06	0,09	0,87	14,4	32,34	94,65	13,16	1,88
№211/2021	.РИС С ОВОЩАМИ19	190	4,63	4,72	33,21	193,83	0,05	0,03		18,2	7,12	88,44	29,01	0,60
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА Б/С	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	20,00	163,4	12,00		3,40	0,60
№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 подмену: 56,96 74,12 118,42 1368,56 0,44 1,12 39,77 695,2 430,10 769,80 123,93 9,86

Итого за день: 0,00 руб. 56,96 74,12 118,42 1368,56 0,44 1,12 39,77 695,2 430,10 769,80 123,93 9,86

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	73,97	93,82	35,35	58,24
Обед (30 - 35 %)	73,97	93,82	35,35	58,24
Итого за день (50 - 60 %)	147,95	187,65	70,70	116,47

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

Директор



[Handwritten signature]

/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

[Handwritten signature]

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

[Handwritten signature]

/Т.К. Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 5

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс														
	ЗАВТРАК													
№10/2018	.САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	0,75	6,22	5,87	82,48	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ01	100	9,32	19,14	9,89	249,07	0,03	0,02	3,56	8,8	11,78	36,99	9,36	1,61
№243/2013	.КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ200	200	8,90	8,21	47,98	301,41	0,24	0,09		40,0	52,80	215,55	49,10	3,69
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80		3,19	1,58	0,87	0,07
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
	ОБЕД													
№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)2	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
№116/2018	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ05	250	3,34	3,53	22,80	136,28	0,13	0,07	18,48		23,17	72,36	27,22	1,15
№134/2023	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР2023	100	18,57	5,81	6,14	151,19	0,08	0,14	1,49	47,2	40,92	135,51	17,66	1,06
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ03	180	12,50	8,04	55,91	346,08	0,37	0,18		28,8	20,53	257,96	171,55	5,77
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Б/С	200	0,44	0,02	11,80	49,14		0,01	0,40		22,20	15,40	6,00	1,20
№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:		58,60	51,88	208,09	1533,75	0,97	0,58	77,73	124,8	243,99	854,03	324,04	18,75

Итого за день: 0,00 руб. 58,60 51,88 208,09 1533,75 0,97 0,58 77,73 124,8 243,99 854,03 324,04 18,75

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	76,10	65,67	62,12	65,27
Обед (30 - 35 %)	76,10	65,67	62,12	65,27
Итого за день (50 - 60 %)	152,21	131,34	124,23	130,53

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,6

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К. Тудвасева/



ИП Пиклов С.В.

День 6

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс														
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00		23,00	42,00	14,00	0,60
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"02	100	19,48	13,42	12,62	249,15	0,06	0,09	0,87	14,4	32,34	94,65	13,16	1,88
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ10	190	5,90	9,05	42,82	276,39		0,01		39,6	19,78	6,52	1,04	0,16
№457/2018	.ЧАЙ Б/С	200									0,01			
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00		23,00	42,00	14,00	0,60
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,22	4,66	23,47	160,72	0,27	0,10	19,17	21,6	51,65	127,80	46,90	2,35
371/2018	.КНЕЛИ ИЗ ФИЛЕ КУР02	100	24,03	4,95	5,35	161,96	0,09	0,16	1,88	50,4	27,08	167,39	23,02	1,29
№242/2013	.КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ2	180	5,67	7,19	40,27	248,41	0,07	0,05		36,0	26,80	196,88	24,11	1,11
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ Б/С	200	1,04	0,06	10,20	45,50	0,02	0,04	0,80		32,00	29,20	21,00	0,64
№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:			67,86	40,33	175,57	1336,57	0,65	0,56	42,72	162,0	250,06	780,04	173,23	10,95

Итого за день: 0,00 руб. 67,86 40,33 175,57 1336,57 0,65 0,56 42,72 162,0 250,06 780,04 173,23 10,95

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	88,13	51,05	52,41	56,88
Обед (30 - 35 %)	88,13	51,05	52,41	56,88
Итого за день (50 - 60 %)	176,26	102,10	104,82	113,75

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:2,6

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.



День 7

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

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, ОБЕД 5-11 класс

ЗАВТРАК														
№226/2018	.КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ Б/С	250	7,06	8,64	22,36	195,50	0,12	0,21	1,15	25,2	168,76	182,52	39,67	0,70
№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
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80		3,19	1,58	0,87	0,07
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№33/2023	.САЛАТ "ПЕСТРЫЙ" 01	100	1,37	5,18	13,35	105,55	0,03	0,04	11,08		35,40	39,07	20,85	1,78
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ 05	250	2,06	7,22	9,19	109,90	0,02	0,03	25,28	10,5	43,34	28,82	12,29	0,49
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ 01	280	40,15	17,37	41,41	482,52	0,20	0,25	5,18	53,7	87,91	352,77	74,26	3,14
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА Б/С	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	20,00	163,4	12,00		3,40	0,60
№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: 59,82 50,93 151,91 1305,26 0,50 0,71 101,60 324,3 530,40 779,36 183,84 11,43

Итого за день: 0,00 руб. 59,82 50,93 151,91 1305,26 0,50 0,71 101,60 324,3 530,40 779,36 183,84 11,43

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	77,69	64,47	45,35	55,54
Обед (30 - 35 %)	77,69	64,47	45,35	55,54
Итого за день (50 - 60 %)	155,38	128,94	90,69	111,09

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,9:2,5

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 8

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс

ЗАВТРАК														
№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,44	6,09	8,45	94,36					1,10	0,35	0,07	0,01
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ01	280	40,15	17,37	41,41	482,52	0,20	0,25	5,18	53,7	87,91	352,77	74,26	3,14
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ Б/С	200		0,01	0,07	0,37			0,18	2,9	0,01		0,01	0,09
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)2	100	0,80	0,10	1,70	10,90	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	250	1,95	6,41	13,89	121,11	0,06	0,06	20,53	9,3	49,57	55,15	25,38	1,18
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ01	100	9,32	19,14	9,89	249,07	0,03	0,02	3,56	8,8	11,78	36,99	9,36	1,61
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ01	180	13,19	8,49	59,02	365,31	0,39	0,19		30,4	21,67	272,29	181,08	6,09
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ Б/С	200	0,44	0,02	11,80	49,14		0,01	0,40		22,20	15,40	6,00	1,20
№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: 71,21 58,43 182,07 1539,02 0,78 0,58 34,85 105,3 231,64 830,55 326,16 16,24

Итого за день: 0,00 руб. 71,21 58,43 182,07 1539,02 0,78 0,58 34,85 105,3 231,64 830,55 326,16 16,24

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	92,48	73,96	54,35	65,49
Обед (30 - 35 %)	92,48	73,96	54,35	65,49
Итого за день (50 - 60 %)	184,96	147,92	108,70	130,98

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:2,6

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудевасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 9

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс

ЗАВТРАК														
№284/2018	.ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ Б/С	200	37,22	9,12	21,09	315,35	0,10	0,46	0,32	69,1	204,48	346,89	53,24	1,15
№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
№457/2018	.ЧАЙ Б/С	200									0,01			
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)1	100	0,80	0,10	2,50	14,10	0,03	0,04	10,00		23,00	42,00	14,00	0,60
№116/2018	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ05	250	3,34	3,53	22,80	136,28	0,13	0,07	18,48		23,17	72,36	27,22	1,15
№134/2023	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР2023	100	18,57	5,81	6,14	151,19	0,08	0,14	1,49	47,2	40,92	135,51	17,66	1,06
№377/2021	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ02	200	5,15	9,62	33,14	239,76	0,25	0,20	39,20	43,8	70,89	150,94	50,32	1,83
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ Б/С	200	0,08	0,08	1,96	8,88	0,01		2,00		3,20	2,20	1,80	0,44
№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: 69,58 36,71 133,41 1142,41 0,71 0,97 81,49 200,2 398,47 837,50 189,24 10,77

Итого за день: 0,00 руб. 69,58 36,71 133,41 1142,41 0,71 0,97 81,49 200,2 398,47 837,50 189,24 10,77

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	90,36	46,47	39,82	48,61
Обед (30 - 35 %)	90,36	46,47	39,82	48,61
Итого за день (50 - 60 %)	180,73	92,94	79,65	97,23

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,5:1,9

Директор



[Handwritten signature]

/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

[Handwritten signature]

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

[Handwritten signature]

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"



ИП Пиклов С.В.

День 10

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО ДИАБЕТ(12-18 ЛЕТ)

№ 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, ОБЕД 5-11 класс														
ЗАВТРАК														
№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)1	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 01	280	47,20	15,80	32,03	459,13	0,38	0,40	40,83	66,9	62,38	399,14	87,85	4,19
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/С	200	0,06	0,01	10,16	40,96			28,80		3,19	1,58	0,87	0,07
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
ОБЕД														
№10/2018	.САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	100	0,75	6,22	5,87	82,48	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
№134/2021	.СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ01	250	3,68	5,73	14,45	124,12	0,04	0,09	14,03	24,0	81,77	60,73	13,36	0,37
№87/2023	.ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ01	110	1,98	7,38	11,08	118,61	0,04	0,02	4,09	10,5	10,75	25,32	7,48	0,46
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ04	200	6,17	9,46	44,77	288,95		0,01		41,4	20,68	6,81	1,09	0,16
№491/2018	.КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ Б/С	200	0,18	0,06	17,27	70,34					0,45			0,05
№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:			65,04	45,66	175,27	1372,23	0,62	0,61	132,75	142,9	239,62	614,26	158,93	9,80

Итого за день: 0,00 руб. 65,04 45,66 175,27 1372,23 0,62 0,61 132,75 142,9 239,62 614,26 158,93 9,80

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

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	84,47	57,80	52,32	58,39
Обед (30 - 35 %)	84,47	57,80	52,32	58,39
Итого за день (50 - 60 %)	168,94	115,59	104,64	116,79

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

Директор



[Handwritten signature]

/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

[Handwritten signature]

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

[Handwritten signature]

/Л.К.Тудвасева/