

днемным пребыванием возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г. - 275с

М.: Дели плюс, 2017. - 544с.

«Обеспечение общественного питания при образовательных школах / Под ред. В.Т. Лалшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

п/п	наименование	ед. изм.	количество	цена	вес		энергетическая ценность	
					г	кг	ккал	кж
1	пшеница	кг	100	1200	100	100	3500	1500
2	ячмень	кг	100	1100	100	100	3200	1400
3	овес	кг	100	1050	100	100	3000	1300
4	кукуруза	кг	100	1150	100	100	3300	1450
5	горох	кг	100	1250	100	100	3600	1550
6	бобы	кг	100	1300	100	100	3700	1600
7	фасоль	кг	100	1350	100	100	3800	1650
8	чечевица	кг	100	1400	100	100	3900	1700
9	соя	кг	100	1450	100	100	4000	1750
10	пшеница	кг	100	1200	100	100	3500	1500
11	ячмень	кг	100	1100	100	100	3200	1400
12	овес	кг	100	1050	100	100	3000	1300
13	кукуруза	кг	100	1150	100	100	3300	1450
14	горох	кг	100	1250	100	100	3600	1550
15	бобы	кг	100	1300	100	100	3700	1600
16	фасоль	кг	100	1350	100	100	3800	1650
17	чечевица	кг	100	1400	100	100	3900	1700
18	соя	кг	100	1450	100	100	4000	1750
19	пшеница	кг	100	1200	100	100	3500	1500
20	ячмень	кг	100	1100	100	100	3200	1400
21	овес	кг	100	1050	100	100	3000	1300
22	кукуруза	кг	100	1150	100	100	3300	1450
23	горох	кг	100	1250	100	100	3600	1550
24	бобы	кг	100	1300	100	100	3700	1600
25	фасоль	кг	100	1350	100	100	3800	1650
26	чечевица	кг	100	1400	100	100	3900	1700
27	соя	кг	100	1450	100	100	4000	1750
28	пшеница	кг	100	1200	100	100	3500	1500
29	ячмень	кг	100	1100	100	100	3200	1400
30	овес	кг	100	1050	100	100	3000	1300
31	кукуруза	кг	100	1150	100	100	3300	1450
32	горох	кг	100	1250	100	100	3600	1550
33	бобы	кг	100	1300	100	100	3700	1600
34	фасоль	кг	100	1350	100	100	3800	1650
35	чечевица	кг	100	1400	100	100	3900	1700
36	соя	кг	100	1450	100	100	4000	1750
37	пшеница	кг	100	1200	100	100	3500	1500
38	ячмень	кг	100	1100	100	100	3200	1400
39	овес	кг	100	1050	100	100	3000	1300
40	кукуруза	кг	100	1150	100	100	3300	1450
41	горох	кг	100	1250	100	100	3600	1550
42	бобы	кг	100	1300	100	100	3700	1600
43	фасоль	кг	100	1350	100	100	3800	1650
44	чечевица	кг	100	1400	100	100	3900	1700
45	соя	кг	100	1450	100	100	4000	1750
46								

Завтрак

182/2017м	Маслом	220	250	8,47	9,63	8,69	9,88	31,57	35,88	238,37	270,88
П.Т	Печенье топленое	40	40	5,2	5,2	6 *	6	12,3	12,3	124	124 *
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	60	3,16	4,74	0,40	0,60	19,32	28,98	96,52	144,78
54-2м/2022н	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	Итого	500	550	17,03	19,77	15,09	16,48	73,57	87,54	501,21	581,98

Норма заплата по СанПиН 20% - 25% + 5%

Обед

707/2017м	свежий /солёный)		60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями		200	250	5,1	6,45	5,78	7,22	18,5	23,12	146,42	183,02
291/2017м	Плов из птицы		150	200	13,9	18,54	16,88	22,5	21,2	28,66	292,32	391,3
54-1хн/2022н	Компот из сухофруктов		200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81	81
701/2010 м	Хлеб пшеничный		40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный		50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
	Итого	127,00	700	840	25,94	32,25	23,67	30,77	104,54	117,3	734,21	873,79
	Норма расхода по СанПиН 30%-35% ± 5%		700	800	23,1-25,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	117,9-134,05	705-822,5	816-952

норма обёда по СанПиН 30%-35% ± 5%



дневное меню для обеспечения двукратным питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/100г				Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	Б	7-11 лет	12-18 лет	У	7-11 лет	12-18 лет

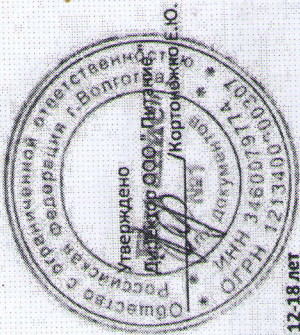
Неделя 1/ день 2

Завтрак

54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная с из смеси рисовой и пшенной крупы		220	250	10,6	12,04	12,29	13,97	23,51	26,71	243,21	276,37
П.Т.	Пряник		40	40	2,44	2,40	5,73	5,73	28,44	28,44	145,33	145,33
701/2010м	Хлеб пшеничный		40	60	3,16	4,74	0,40	0,60	19,32	28,98	96,52	144,78
54-2н/2022н	Чай с сахаром		200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32
	Итого		500	550	16,40	19,38	18,42	20,30	81,65	94,51	527,38	608,80
	Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18,22-5	15,8-19,75	18,2-3	67-83,73	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом		60	100	0,88	1,48	3,6	6,01	4,96	8,26	55,68	92,8
54-1с/2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		200	250	2,84	3,51	5,28	6,27	7,22	8,97	88,16	107,16
771/2022	Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом		100/20	100/20	12,3	12,3	8,9	8,9	6,9	6,9	156,9	156,9
54-3с/2022н	Каша рисовая рассыпчатая с маслом		150	180	3,7	4,43	4,8	5,86	36,5	43,8	203,5	244,2
171/2017м	Кисель из повидла		200	200	0,1	0,1	0	0	21,07	21,07	84,7	84,7
360/2017м	Хлеб пшеничный		40	40	3,16	3,08	0,72	0,96	16,02	21,36	79,80	106,40
701/2010 м	Хлеб пшеничный		50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный		760	850	24,93	27,7	23,85	28,55	117,37	135,06	783,69	907,11
	Итого	127,00	760	850	23,1-26,55	27,31-5	23,7-26,95	27,3-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952
	Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%		760	850	23,1-26,55	27,31-5	23,7-26,95	27,3-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Согласовано: _____
 Утверждено: _____
 Подпись: _____
 Должность: _____
 Подпись: _____
 Должность: _____

№ п/п	Наименование блюда	Цена руб			вес блюда			Пищевые вещества/г						Энергет. ценность	
					7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	ккал

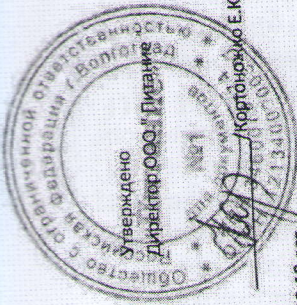
Неделя 1/ день 3

Завтрак

182/2017м	Каша молочная жидкая из жидкого овсяного с сахаром и маслом	220	250	5,0	10,31	5,78	6,57	40,22	44,25	244,13	277,37
П.Т	Печенье топленое молоко	40	40	5,2	5,2	6	6	12,3	12,3	124	124
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	60	3,16	4,74	0,40	0,60	19,32	28,98	96,52	144,78
54-3пч/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого	500,0	550,0	17,7	20,6	12,2	13,2	82,4	96,1	508,2	589,7
	Норма завтрака по СанПин 20% - 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (помидор)	60	100	0,67	1,12	0,06	0,1	2,1	3,5	12,8	20
101/2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	250	4,6	5,7	4,9	6,1	10,1	12,7	102,63	132,7
77/6/2022	Котлеты мясные с соусом	100	100	9,93	9,93	12,66	12,66	5,76	5,76	176,70	176,70
54-21г/2022н	Горохница	150	180	6,93	8,32	6,33	7,59	28,6	34,32	199,09	238,87
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	114,6	114,6
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702/2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого	760	860	28,22	31,78	25,03	27,7	118,5	133,1	814,3	914,3
	Норма обеда по СанПин 30% - 35% ± 5%	700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	веса блюд				Пищевые вещества г/г				Энергет. ценность		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет

Завтрак

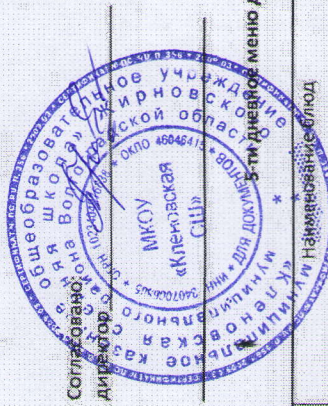
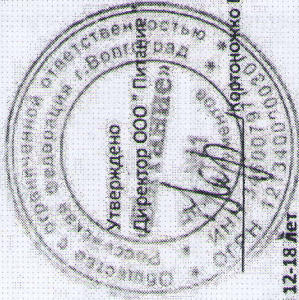
Неделя 1/ день 4													
2													
183/2017м	Каша молочная жидкая гречневая с маслом и сахаром		200	250	9,05	11,31	11,36	14,2	31,3	39,12	263,64	329,52	
338/2017м	Фрукт свежий (яблоко)		100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
701/2010м	Хлеб пшеничный		40	50	3,16	3,95	0,4	0,5	19,32	24,15	93,52	116,9	
382/2017м	Какао с молоком		200	200	4,18	4,18	3,54	3,54	17,58	17,58	118,9	118,9	
	Итого		540	600	16,79	19,84	15,7	18,64	78	90,65	520,46	609,72	
			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67,63,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

Норма завтрака по СанПин 20%-25% ± 5%

Обед

Неделя 1/ день 4													
3													
47/2017м	Капуста квашеная с растительным маслом		60	100	1,02	1,7	3	5	5,07	8,46	51,42	85,7	
54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной		200	250	1,66	2,02	3,31	3,81	14,2	18,67	93,27	117,09	
289/2017м	Рагу с птицей		200	250	14,35	17,93	15,39	19,24	19,62	24,52	274,39	342,96	
54-1хн\2022н	Компот из сухофруктов		200	200	0,5	0,5	0	0	19,8	19,8	81	81	
701\2010м	Хлеб пшеничный		40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52	
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный		50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95	
	Итого	127,00	700	800	23,49	28,11	22,65	29	102,71	115,47	708,55	835,22	
			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	835-952	

Норма обеда по СанПин 30%-35% ± 5%



меню для обеспечения двуразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г			Энергет. ценность	
		7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет
1	2							

Неделя 1/ День 5

	Завтрак		Обед		всего		Энергет. ценность	
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
182/2022м	200	250	7,80	9,75	10,80	13,50	46,37	272,80
209/2017м	40	40	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	63,00
701/2010м	60	60	4,74	4,74	0,6	0,6	28,98	140,28
54-2гн/2022н	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	42,32
Итого	500,0	550,0	17,8	19,8	16,0	18,7	86,0	518,4

Норма завтрака по СанПин 25% ± 5% 15,4-19,25 16,22,5 15,8-19,75 18,23 67,83,75 76,6-95,25 470-587,5 544-680

	Завтрак		Обед		всего		Энергет. ценность	
	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
131/2017м	60	100	1,7	2,83	0,1	0,16	5,8	22,1
53-3с/2022н	200	250	1,92	2,4	5,14	6,24	8,22	78,9
77/2/2022	100/20	100/20	11,28	11,28	12,55	12,55	6,70	184,87
331/2017м	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	39,35	196,8
203/2017м	200	200	0,1	0,1	0	0	21,07	84,7
350/2017м	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	116,9
701/2010 м	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	114,95
702/2010м	127,00	770	27,15	30,40	23,74	25,99	119,16	799,2
Итого	700	800	23,1-26,95	27,31,5	23,7-26,95	27,32,2	114,4-134,05	705-822,5

Норма обеда по СанПин 30% ± 5% 100,5-117,25 114,4-134,05 705-822,5 816-952