**Примерное двухнедельное меню**

**рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания**

**учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений г. Санкт- Петербурга Невского района**

**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счёт средств бюджета Санкт – Петербурга**

(для сырьевых столовых)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** | Сборник рецептур | №№  рецептур |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **1 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с сыром | 60 (25/35) | 9,2 | 10,35 | 10,8 | 186,9 | 2008 | 3 |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 150 | 5,6 | 6,67 | 19,38 | 177,0 | 2008 | 189 |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 | 2008 | 432 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2,0 | 1,16 | 12,99 | 71,89 | к/к | к/к |
| Мандарин | 100 | 0,75 | 0,0 | 7,5 | 38,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **47535** | **19,05** | **19,48** | **73,07** | **580,79** |  |  |
| **Обед** | Салат из белокочанной капусты с луком зелёным | 60 | 0,96 | 3,1 | 4,14 | 48,0 | 2008 | 35 |
| Суп картофельный с фасолью | 200 | 3,8 | 3,6 | 14,9 | 112,8 | 2013 | 108 |
| Гуляш из говядины | 90 | 12,4 | 12,3 | 2,79 | 196,2 | 2008 | 259 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 | 2008 | 335 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 118,0 | 2008 | 402 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,4 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 35 | 2,8 | 1,6 | 18,2 | 100,6 | к/к | к/к |
| **Итого на обед** |  | **48785** | **64,56** | **66,56** | **247,77** | **1950,18** |  |  |
| **Итого за 1 день** |  |  | **45,71** | **47,31** | **174,7** | **1369,39** |  |  |
| **2 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с запеченным филе куры | 60 (25/35) | 3,63 | 6,78 | 13,36 | 105,07 | 2008 | 4 т/т/к |
|  | Запеканка из творога с вареньем | 150 (130/20) | 15,0 | 12,4 | 44,7 | 370,9 | 2008 | 224 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 2008 | 430 |
| Яблоко свежее | 100 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,7 | 2011 | 338 |
| **Итого за завтрак** |  | **300** | **19,27** | **19,72** | **83,84** | **587,67** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат « Степной» из разных овощей  (с 1.03.используются лук репчатый заменяют на лук зелёный, картофель и морковь используют отварными) | 60 | 2,16 | 5,06 | 4,68 | 82,2 | 2008 | 30 т/т/к |
| **Обед** | Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной | 200/5/10 | 5,29 | 7,04 | 10,7 | 114,8 | 2008 | 76 |
| Биточки рыбные | 90 | 11,7 | 10,34 | 13,5 | 203,4 | 2008 | 239 |
| Картофель отварной (с маслом сливочным) | 150 | 2,9 | 2,9 | 28,9 | 153,0 | 2008 | 123 т/т/к |
| Сок фруктовый / Мультимикс/ | 200 | 1,4 | 0,4 | 32,8 | 140,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 15 | 1,2 | 0,69 | 7,8 | 43,1 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **750** | **26,25** | **27,28** | **105,08** | **772,5** |  |  |
| **Итого за 2 день** |  |  | **45,52** | **47** | **188,92** | **1360,17** |  |  |
| **3 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Салат из свежих огурцов и помидоров | 60 | 98,02 | 5,06 | 399,08 | 2905,17 | 2008 | 23 |
| Кнели из кур (паровые), соус сметанный | 90(60/30) | 10,8 | 7,7 | 11,1 | 156,5 | 2008 | 319/371 |
| Макароны отварные | 150 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191,0 | 2008 | 331 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 2008 | 431 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 25 | 2,0 | 1,06 | 8,37 | 45,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **530** | **116,62** | **18,72** | **465,05** | **3359,67** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Винегрет овощной | 60 | 0,84 | 6,06 | 3,96 | 73,8 | 2008 | 51 |
| Суп картофельный с вермишелью и филе куры | 200/5 | 4,18 | 2,8 | 16,0 | 96,8 | 2008 | 100 |
| Голубцы ленивые | 240 | 18,58 | 17,26 | 46,92 | 448,4 | 2008 | 306 |
| Напиток лимонный | 200 | 0,2 | 0,0 | 25,7 | 105,0 | 2008 | 436 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 25 | 2,0 | 1,06 | 8,37 | 45,0 | к/к | к/к |
| Апельсин | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **830** | **26,2** | **27,48** | **111,25** | **816** |  |  |
| **Итого за 3 день** |  |  | **45,34** | **46,2** | **178,26** | **1334,1** |  |  |
| **4 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Омлет натуральный | 60 | 5,3 | 9,3 | 1,0 | 110,0 | 2011 | 215 |
| Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным | 155 | 5,6 | 6,35 | 23,55 | 179,0 | 2008 | 189 |
| Чай с молоком | 180 | 1,4 | 1,2 | 24,9 | 94,5 | 2011 | 378 |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | 4,0 | 2,32 | 23,4 | 143,78 | к/к | к/к |
| Яблоко свежее | 100 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,7 | 2011 | 338 |
| **Итого за завтрак** |  | **545** | **16,74** | **19,61** | **83,63** | **578,98** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Икра морковная | 60 | 2,52 | 4,86 | 6,06 | 78,0 | 2008 | 56 |
| Суп крестьянский с крупой | 200 | 2,64 | 4,02 | 9,92 | 85,6 | 2008 | 94 |
| Фрикадельки из птицы, соус основной белый | 100 | 4,18 | 6,07 | 3,46 | 109,77 | 2010 | 308 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 | 2008 | 335 |
| Сок фруктовый /яблочный/ | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 | 2008 | 442 |
| Булочка творожная | 50 | 5,9 | 2,8 | 23,4 | 144,0 | 2008 | 479 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,4 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **925** | **27,54** | **27,25** | **104,84** | **803,37** |  |  |
| **Итого за день:** |  |  | **44,28** | **46,86** | **188,47** | **1382,35** |  |  |
| **5 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с сыром | 60(25/35) | 9,2 | 10,35 | 10,8 | 186,9 | 2008 | 3 |
| Каша рисовая жидкая с маслом сливочным | 175 | 6,47 | 6,94 | 24,9 | 184,37 | 2008 | 189 |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 | 2008 | 432 |
| Мандарин | 100 | 0,75 | 0,0 | 7,5 | 38,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 15 | 1,2 | 0,69 | 7,8 | 43,1 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **4900** | **19,12** | **19,28** | **73,4** | **559,37** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свёклы отварной с маслом растительным, яйцо варёное | 70 ( 60/10) | 3,38 | 4,9 | 9,0 | 103,2 | 2011 | 52/209 |
| Щи из квашеной капусты со сметаной | 200/5 | 2,24 | 4,4 | 4,02 | 67,2 | 2008 | 85 |
| Мясо духовое | 240 | 13,06 | 14,3 | 49,9 | 344,7 | 2011 | 258 |
| Компот из апельсинов | 200 | 0,45 | 0,1 | 29,79 | 141,2 | 2011 | 346 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 15 | 1,2 | 0,69 | 7,8 | 43,1 | к/к | к/к |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **875** | **26,93** | **27,74** | **115,71** | **822,4** |  |  |
| **Итого за день** |  |  | **46,05** | **47,02** | **189,11** | **1381,77** |  |  |
| **6 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с котлетой натуральной рубленой из птицы | 60 | 8,25 | 8,74 | 7,38 | 182,8 | 2011 | 5 т/т/к |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 155 | 5,1 | 7,5 | 15,9 | 163,0 | 2008 | 189 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 19,8 | 134,0 | 2008 | 433 |
| Банан свежий | 200 | 3,0 | 1,0 | 42,0 | 105,24 | 2011 | 338 |
| **Итого за завтрак** |  | **615** | **19,25** | **19,74** | **85,08** | **585,04** |  |  |
| **Обед** | Салат из солёных огурцов с маслом растительным | 60 | 1,62 | 3,06 | 1,56 | 40,2 | 2008 | 20 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 3,9 | 2,8 | 19,0 | 117,0 | 2008 | 100 |
| Рыба /филе трески/ припущенная | 100 | 11,7 | 8,5 | 8,5 | 170,2 | 2001 | 397 |
| Рагу овощное | 150 | 3,5 | 6,7 | 11,5 | 119,0 | 2008 | 350 |
| Компот из кураги | 200 | 1,0 | 0,1 | 34,2 | 142,0 | 2008 | 401 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2,0 | 1,16 | 12,99 | 71,89 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **2005** | **65,42** | **63,5** | **271,31** | **1902,37** |  |  |
| **Итого за 6 день** |  |  | **46,17** | **43,76** | **186,23** | **1317,33** |  |  |
| **7 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с запеченным филе куры | 60 (25/35) | 3,63 | 6,78 | 13,36 | 105,07 | 2008 | 4 т/т/к |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 175 | 6,53 | 7,78 | 34,27 | 206,5 | 2008 | 189 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 2008 | 430 |
| Мандарин | 100 | 0,75 | 0,0 | 7,5 | 38,0 | к/к | к/к |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира – 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **660** | **16,11** | **17,16** | **78,63** | **496,57** |  |  |
| **Обед** | Огурец свежий порционный | 60 | 32,22 | 34,32 | 157,26 | 993,14 | 2011 | 71 |
| Суп из овощей со сметаной | 200/5 | 2,5 | 4,11 | 11,02 | 80,9 | 2008 | 85 |
| Фрикадельки из говядины, тушёные в молочном соусе | 90 | 10,1 | 12,0 | 7,6 | 178,8 | 2008 | 293 |
| Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203,0 | 2008 | 325 |
| Сок фруктовый /апельсиновый/ | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 114,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 2,86 | 20,79 | 114,99 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **785** | **88,54** | **95,81** | **426,53** | **2749,97** |  |  |
| **Итого за 7 день** |  |  | **40,63** | **44,39** | **191,78** | **1266,86** |  |  |
| **8 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с сыром | 60 (20/40) | 6,5 | 7,3 | 7,7 | 132,9 | 2008 | 3 |
| Пудинг из творога с соусом клюквенным | 150 (100/50) | 10,9 | 10,9 | 37,2 | 290,5 | 2010 | 235 |
| Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 25,9 | 105,0 | 2011 | 378 |
| Яблоко свежее | 100 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,7 | 2011 | 338 |
|  |  | **300** | **19,36** | **19,99** | **81,58** | **580,1** |  |  |
| **Итого за завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из квашеной капусты с маслом растительным | 80 | 1,28 | 4,08 | 6,16 | 66,4 | 2008 | 40 |
| **Обед** | Суп картофельный с горохом, говядиной и гренками | 200/5/10 | 5,12 | 3,6 | 16,88 | 112,8 | 2008 | 99/73 |
| Филе трески запеченное, соус основной белый | 100 (70/30) | 12,28 | 9,4 | 8,89 | 235,75 | 2011 | 227 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 141,0 | 2008 | 335 |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 28,1 | 116,0 | 2008 | 401 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 15 | 1,2 | 0,69 | 7,8 | 43,1 | к/к | к/к |
| Печенье обогащённое | 40 | 1,5 | 2,35 | 13,4 | 66,5 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **820** | **26,58** | **26,47** | **108,23** | **817,55** |  |  |
| **Итого за 8 день** |  |  | **45,94** | **46,46** | **189,81** | **1397,65** |  |  |
| **9 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Салат из свежих огурцов и помидоров | 60 | 99,1 | 5,06 | 406,27 | 3032,75 | 2008 | 23 |
| Макароны с сыром | 150 | 11,6 | 12,1 | 24,56 | 313,1 | 2010 | 206 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62,0 | 2008 | 431 |
| Банан свежий | 180 | 2,7 | 0,9 | 37,8 | 94,7 | к/к | к/к |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 15 | 1,2 | 0,63 | 5,025 | 27,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **610** | **114,9** | **18,79** | **488,855** | **3529,55** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат овощной с яблоками, маслом растительным | 60 | 0,86 | 3,18 | 5,28 | 53,8 | 2005 | 1.49 |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 200/5 | 2,5 | 4,5 | 6,43 | 77,2 | 2008 | 84 |
| Плов из филе птицы | 240 | 12,15 | 13,85 | 33,8 | 324,6 | 2010 | 304 |
| Сок фруктовый /яблочный/ | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,8 | 86,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира – 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **910** | **27,91** | **27,78** | **107,99** | **815,6** |  |  |
| **Итого за 9 день** |  |  | **44,25** | **46,57** | **191,615** | **1376** |  |  |
| **10 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Бутерброд с маслом сливочным и яйцом | 60 (5/20/35) | 2,6 | 5,0 | 15,1 | 88,4 | 2011 | 1/209т/т/к |
| Каша «Дружба» | 170 | 5,27 | 8,5 | 22,78 | 190,4 | 2008 | 190 |
| Какао с молоком | 200 | 2,9 | 2,5 | 19,8 | 134,0 | 2008 | 433 |
| Яблоко свежее | 100 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,7 | 2011 | 338 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
|  | Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира – 2,5% | 1/100-125 | 5,0 | 2,5 | 8,5 | 87,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **675** | **17,81** | **19,79** | **83,66** | **587,5** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Помидор свежий порционный | 60 | 0,6 | 0,2 | 2,2 | 14,4 | 2011 | 71 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 2,29 | 4,15 | 13,62 | 101,7 | 2008 | 91 |
| Шницель рубленый из говядины | 110 | 14,7 | 13,75 | 29,4 | 318,4 | 2010 | 282 |
| Рагу овощное | 150 | 3,5 | 6,7 | 11,5 | 119,0 | 2008 | 350 |
| Сок фруктовый ( абрикосовый) | 200 | 0,1 | 0,1 | 29,2 | 118,00 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **785** | **25,99** | **27,6** | **113,4** | **822,5** |  |  |
| **Итого за10 день** |  |  | **43,8** | **47,39** | **197,06** | **1410** |  |  |
| **11 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Салат из зелёного горошка с маслом растительным | 60 | 0,46 | 3,0 | 3,75 | 41,9 | 2010 | 10 |
| Омлет с картофелем | 150 | 11,3 | 10,0 | 8,5 | 264,0 | 2010 | 218 |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 107,0 | 2008 | 432 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 20 | 1,6 | 0,85 | 6,7 | 36,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 35 | 2,8 | 1,6 | 18,2 | 100,6 | к/к | к/к |
| Мандарин | 100 | 0,75 | 0,0 | 7,5 | 38,0 | к/к | к/к |
| **Итого за завтрак** |  | **565** | **18,41** | **16,75** | **67,05** | **587,5** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Салат из свежих огурцов с маслом растительным | 60 | 0,42 | 6,0 | 1,4 | 62,6 | 2008 | 19 |
| Борщ сибирский со сметаной | 200/5 | 6,73 | 5,39 | 8,5 | 109,7 | 2008 | 80 |
| Рыба тушеная в томате с овощами | 150 | 10,3 | 5,7 | 6,0 | 103,0 | 2008 | 231 |
| Картофель отварной (с маслом сливочным) | 150 | 2,9 | 2,9 | 28,9 | 153,0 | 2008 | 123 т/т/к |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 2008 | 394 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,85 | 20,78 | 115,0 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **580** | **26,95** | **23,74** | **106,88** | **730,3** |  |  |
| **Итого за11 день** |  |  | **45,36** | **40,49** | **173,93** | **1317,8** |  |  |
| **12 день** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Завтрак** | Закрытый бутерброд с биточком паровым из птицы | 60  (25-35) | 3,9 | 6,12 | 3,72 | 56,0 | 2008 | 10 |
| Запеканка из творога с морковью с соусом молочным | 160 | 13,3 | 11,98 | 36,48 | 352,4 | 2011 | 224 |
| Чай с молоком | 200 | 1,52 | 1,35 | 25,9 | 105,0 | 2011 | 378 |
| Груша свежая | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47,0 | 2011 | 338 |
| **Итого за завтрак** |  | **520** | **19,12** | **19,75** | **76,4** | **560,4** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Обед** | Помидор свежий порционный | 60 | 0,6 | 0,2 | 2,2 | 14,4 | 2011 | 71 |
| Суп картофельный с рисом | 200 | 2,0 | 2,2 | 15,8 | 95,2 | 2011 | 101 |
| Печень по-строгановски | 100/20 | 14,15 | 14,1 | 8,7 | 238,2 | 2011 | 255т/т/к |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным | 150 (145/5) | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 206,0 | 2008 | 181 |
| Сок фруктовый /апельсиновый/ | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 114,0 | 2008 | 442 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,2 | 1,7 | 13,4 | 72,0 | к/к | к/к |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами | 25 | 2,0 | 1,16 | 12,99 | 71,89 | к/к | к/к |
| **Итого за обед** |  | **795** | **26,95** | **24,16** | **117,19** | **811,69** |  |  |
| **Итого за12 день** |  |  | **46,07** | **43,91** | **193,59** | **1372,09** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Всего за 12 дней** |  |  | **539,12** | **547,36** | **2243,475** | **16285,51** |  |  |
| **Средняя за 1 день** |  |  | **44.9** | **45.6** | **187.9** | **1357.1** |  |  |

\* Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН,

редакция Могильного М.П.,Тутельяна В.А.

\* Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.

\* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях, Москва, Дели принт, 2010. Рекомендовано НИИ питания

\*Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Допускается отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

**Накопительная ведомость по меню льготного питания /младшие классы – завтрак и обед/ 50-60% от среднесуточной нормы согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 2024г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование продукта** | **Норма на одного ребёнка в день в г** | **1**  **день** | **2**  **день** | **3**  **день** | **4**  **день** | **5**  **день** | **6**  **день** | **7**  **день** | **8**  **день** | **9**  **день** | **10**  **день** | **11**  **день** | **12**  **день** | **Факт за 12 дней в г** | **Норма за 12**  **дней** | **Отклонение от нормы в % ( +/ - )** |
| **50% - 60 %**  **суточного**  **рациона** |
| **50% - 60 %**  **суточного**  **рациона** |
| Хлеб ржаной обогащённый  /ржано – пшеничный/ | **40-48** | **40** | **20** | **50** | **40** | **20** | **40** | **40** | **40** | **55** | **40** | **60** | **40** | **485** | **480-576** | **0** |
| Хлеб пшеничный | **75-90** | **95** | **98,2** | **60** | **81** | **70** | **69,2** | **70** | **69** | **40** | **113,8** | **75** | **59** | **900,2** | **900-1080** | **0** |
| Мука пшеничная | **7,5-9** | **2** | **-** | **2** | **34** | **8** | **2** | **2** | **9** | **-** | **2** | **-** | **29** | **90** | **90-108** | **0** |
| Крупа  /злаки, бобовые | **22,5-27** | **45** | **-** | **13** | **28** | **26** | **23** | **-** | **49** | **64** | **22** | **8** | **40** | **318** | **270-324** | **0** |
| Макаронные изделия | **7,5-9** | **-** | **-** | **59** | **-** | **-** | **8** | **-** | **-** | **44** | **-** | **-** | **-** | **111** | **90-108** | **0** |
| Картофель | **93,5-112,2** | **178** | **181** | **73** | **138** | **115** | **90** | **40** | **148** | **37** | **80** | **204** | **60** | **1344** | **1122-1346,4** | **0** |
| Овощи разные / зелень/ | **140-168** | **101** | **90** | **349** | **125** | **165** | **213** | **109** | **98** | **214** | **238** | **210** | **99** | **2011** | **1680-2016** | **0** |
| Фрукты свежие | **92,5-111** | **100** | **100** | **122** | **100** | **175** | **200** | **100** | **128** | **195** | **100** | **145** | **100** | **1565** | **1110-1332** | **+17,4** |
| Соки | **100-120** | **-** | **200** | **-** | **200** | **-** | **-** | **200** | **-** | **200** | **200** | **-** | **200** | **1200** | **1200-1440** | **0** |
| Фрукты сухие в т. ч.  шиповник | **7,5-9** | **20** | **-** | **-** | **-** | **-** | **20** | **25** | **25** | **-** | **-** | **-** | **-** | **90** | **90-108** | **0** |
| Сахарный песок | **15-18** | **20** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **18** | **15** | **215** | **180-216** | **0** |
| Кондитерские изделия (джем) | **5-6** | **-** | **20** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **40** | **-** | **-** | **-** | **-** | **60** | **60-72** | **0** |
| Какао | **0,5-0,6** | **-** | **-** | **-** | **-** |  | **3,5** | **-** | **-** | **-** | **3,5** | **-** | **-** | **7** | **6-7,2** | **0** |
| Кофейный напиток | **1-1,2** | **4** | **-** | **-** | **4,0** |  | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **4** | **-** | **32** | **12-14,4** | **0** |
| Чай | **0,5-0,6** | **-** | **1** | **1** | **-** | **-** | **-** | **1** | **1** | **1** | **-** | **-** | **1** | **6** | **6-7,2** | **0** |
| Мясо б/к | **35-42** | **88** | **9** | **113** | **-** | **105** | **-** | **-** | **62** | **-** | **87,4** | **-** | **37,9** | **502,3** | **420-504** | **0** |
| Птица | **17,5-21** | **-** | **38** | **64** | **51** | **-** | **32,2** | **39** |  | **58** | **-** | **-** | **43** | **287,2** | **210-252** | **+13,8** |
| Рыба филе | **29-34,8** | **-** | **72** | **-** | **-** | **-** | **147** | **-** | **87** | **-** | **-** | **68** | **-** | **374** | **348-417,6** | **0** |
| Субпродукты | **15-18** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **178** | **178** | **180-216** | **0** |
| Молоко, кис/мол. продукция | **225-270** | **211** | **149** | **87** | **351** | **254** | **193** | **192** | **350** | **162** | **348** | **200** | **207** | **2704** | **2700-3240** | **0** |
| Творог | **25-30** | **-** | **125** | **-** | **13** | **-** | **-** | **-** | **125** | **-** | **-** | **-** | **97** | **360** | **300-360** | **0** |
| Сметана | **5-6** | **-** | **15** | **10** | **-** | **5** | **-** | **8** | **-** | **5** | **5** | **5** | **10** | **63** | **60-72** | **0** |
| Сыр | **5-6** | **20** | **-** | **-** | **-** | **20** | **-** | **20** | **-** | **20** | **-** | **--** | **-** | **80** | **60-72** | **0** |
| Масло сливочное | **15-18** | **14** | **9** | **12** | **14** | **10** | **14** | **18** | **18** | **12** | **20** | **27** | **12** | **180** | **180-216** | **0** |
| Масло растительное | **7,5-9** | **7** | **13** | **10** | **10** | **9** | **8** | **3** | **11** | **12** | **10** |  | **13** | **106** | **90-108** | **0** |
| Яйцо шт. | **20-24** | **-** | **30** | **8** | **67** | **10** | **-** | **10** | **-** | **-** | **20** | **89** | **6** | **240** | **240-288** | **0** |
| Дрожжи | **0,1-0,12** | **-** | **-** | **-** | **1,2** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **-** | **1** | **1,2-1,44** | **0** |
| Соль | **1,5-1,8** | **2** | **2** | **2** | **2** | **2** | **1** | **1** | **2** | **2** | **2** | 1 | **2** | **21** | **18-21,6** | **0** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Заказчик:**  Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 516 Невского района Санкт-Петербурга | **Исполнитель:**  Акционерное общество «Комбинат социального питания «Волна» |
| Директор / Смирнова Л.В.  Подписано электронной подписью | Генеральный директор / Яхина Н.О.  Подписано электронной подписью |