

[illegible]

Руководитель (ИП) _____ ПЕТР
Шкурлатов А.А. АЛЕКСАНДРОВИЧ

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)		Энергетиче- ская ценность (ккал)	B1	C	A	D	B2	Ca	P	Mg	K	I	Se	F	№ рецептуры	
		Белки	Жиры														Углеводы	
ДЕНЬ 1																		

[illegible]

ДЕНЬ 3

Шницель из мяса с соусом	100	9,25	9,25	13,38	173,75	0,111	3,099	11,25	0,091	0,144	29,07	159,4	26,17	236,4	16,71	3,049	0,482	2,449	Мотильный 2017год №268
Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5	0,15	21,75	0	0	0,12	18	81	33	629	26,7	0,31	0,4	1,2	Мотильный 2017год №310
Салат из квашеной капусты	60	0,78	3	4,8	50,4	0,012	14,46	0	0	0,018	30,6	18	9,6	278,6	0,26	0,57	0,086	0,72	Мотильный 2017год №47
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,048	0	0	0	0	6,9	26,1	9,9	23,18	1,125	0,157	0,075	0,6	Мотильный 2017год №377
Чай с лимоном	207	0,3	0	15,2	60	0	2,2	0	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0,8	Мотильный 2017год №377

Итого за третий день

547	15,7	20,2	71,72	536,15	0,321	41,509	11,25	0,091	0,292	100,6	292,5	84,67	1197	44,8	4,106	1,743	5,769	
-----	------	------	-------	--------	-------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	-------	-------	--

ДЕНЬ 4

Запеканка из творога с молоком ступенью	165	12,67	11,33	25,82	278,565	0,08	0,5	30	0,16	0,3	170	275	35	159	29	39	0,5	0,8	Мотильный 2017год №223
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0,8	Мотильный 2017год №376
Фрукты свежие	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	0	0	0,03	35	17	11	155	0,3	0,1	0,15	0,1	Мотильный
Хлеб пшеничный	40	3,04	1,12	20,56	104,48	0,062	0,8	0	0	0	18,04	26	4,8	23,18	2,43	0,157	0,075	0,48	Мотильный

Итого за четвертый день

505	16,71	12,65	68,88	479,045	0,202	39,3	30	0,16	0,34	235	326	56,8	358	31,73	39,26	0,725	2,18	
-----	-------	-------	-------	---------	-------	------	----	------	------	-----	-----	------	-----	-------	-------	-------	------	--

ДЕНЬ 5

Гуляш 45/45	90	12,51	5,85	3,6	118,8	0,108	0	0	0,07	0,1	17,1	154,8	16,2	290,3	15,75	0,281	0,56	2,07	Мотильный 2017год №260
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,7	10,6	49,8	321	0,24	0	36	0,09	0,12	16,85	205,6	136	219	22	3,52	0,16	4,58	Мотильный 2017год №70
Мармелад	15	0,015	0	11,91	48,15	0	0	0	0	0	0,6	0,15	0,3	4	0	0	0	0,06	Мотильный 2017год №312
Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0,8	Мотильный 2017год №377
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,9	1,5	0,209	0,1	0,8	Мотильный

Итого за пятый день

502	22,585	16,85	99,83	641,95	0,411	2,2	36	0,16	0,23	59,75	403,3	171,7	574,4	39,25	4,03	1,52	8,313	
-----	--------	-------	-------	--------	-------	-----	----	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	--

ДЕНЬ 6

Каша жидкая молочная из овсяной крупы	200	6,1	11,3	43,4	300	0,12	0,6	16,4	0,07	0,17	124,9	104,7	16,65	237	52	9,95	0,5	0,374	Мотивный 2017год №182
Масло (порциями)	10	0,1	7,2	0,1	75	0,001	0	40	0,13	0,01	2,4	3	0	3	0	0,1	0,3	0,02	Мотивный 2017год
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0	0	0,03	16	11	9	278	2	0,3	0,08	2,2	Мотивный 2017год
Какао с молоком	200	3,491	2,79	18,16	112,86	0,022	0,54	9,107	0	0,17	112,6	104,6	27,9	220	12	2,29	0,38	0,922	Мотивный 2017год №382
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,048	0	0	0	0	6,9	26,1	9,9	23,18	1,125	0,157	0,075	0,6	Мотивный

Итого за шестой день	540	12,461	21,99	85,95	605,36	0,221	11,14	65,51	0,2	0,38	262,8	249,4	63,45	761,2	67,13	12,8	1,335	4,116	
----------------------	-----	--------	-------	-------	--------	-------	-------	-------	-----	------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	-------	--

ДЕНЬ 7

Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,6	5,1	5,6	112	0,119	15,091	11,75	0,17	0,08	27,29	96,05	26,36	427,1	144,3	12,31	0,631	0,771	Мотивный 2017год №229
Рис отварной	150	3,75	6,15	38,55	228	0,044	0	26,67	0,09	0,03	6,485	83,36	27,12	46,6	21	7,24	0,27	0,559	Мотивный 2017год №304
Салат из свежесы отварной	60	0,855	4,053	5,016	59,904	0,011	4,62	0	0	0,02	21,09	24,59	12,54	136	12	0,35	0,11	0,798	Мотивный 2017год №52
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0,8	Мотивный 2017год №376
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,84	15,42	78,36	0,047	0,6	0	0	0	13,53	19,5	3,6	23,18	2,43	0,157	0,075	0,36	Мотивный

Итого за седьмой день	540	17,685	16,143	79,59	536,264	0,221	20,311	38,41	0,26	0,14	80,4	231,5	75,62	653,7	179,7	20,06	1,086	3,288	
-----------------------	-----	--------	--------	-------	---------	-------	--------	-------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	--

ДЕНЬ 8

Печень по-строгановски	100	13,6	10,5	3,8	164	0,19	12,7	5240	0,025	1,66	30	239	17	250	73,75	32,88	2,2	5	Мотивный 2017год №255
Картофельное пюре	150	3,15	6,75	21,9	163,5	0,15	5,6	4	0,09	0,11	40	84	30	625	28	0,78	0,43	1	Мотивный 2017год №312
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0,8	Мотивный 2017год №376
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,048	0	0	0	0	6,9	26,1	9,9	23,18	1,125	0,157	0,075	0,6	Мотивный
Печенье	20	0,1	0	16	64,8	0	0	0	0	0,05	4,2	2,2	0,067	22	0	0	0	0,32	Мотивный

Итого за восьмой день	500	19,42	17,55	71,19	520,8	0,388	18,3	5244	0,115	1,83	93,1	359,3	62,97	941	102,9	33,81	2,705	7,72	
-----------------------	-----	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	------	------	-------	-------	-----	-------	-------	-------	------	--

Котлеты рубленные из птицы с соусом	100	12,92	9,59	13,28	161,407	0,096	2,597	34,78	0	0,06	22,19	89,95	14,22	175	13,84	12,98	0,741	0,915	Мотивный 2017г.№994
Макaronные изделия отварные	150	5,38	6,28	36,48	224,28	0,06	0	0,069	0,03	12	34	8	53,8	21	0,06	0,12	0,8	0,8	Мотивный 2017г.№309
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,012	4,2	0	0,02	24,6	22,2	9	204	8,6	0,21	0,061	0,42	0,42	Мотивный 2017г.оп
Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0,8	0,8	Мотивный 2017г.оп№377
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0,048	0	0	0	6,9	26,1	9,9	23,18	1,125	0,157	0,075	0,6	0,6	Мотивный 2017г.оп№377

Каша молочная "Дружба"	200	6,75	9,49	39,382	265,91	0,101	0,545	45,1	0,07	0,12	117	143,7	33,35	157	50	4,09	0,31	0,74	Азбука питания 2002 г. №46
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0,8	2017г.№382
Хлеб пшеничный	40	2,37	0,3	14,49	70,5	0,048	0	0	0	0	6,9	26,1	9,9	23,18	1,125	0,157	0,075	0,6	Молочный
Пряник домашний	60	4,87	8,58	39,58	256,1	0,072	0	4,875	0	0,05	174,9	67,86	15,72	74,1	0	0	0,578	0,975	Молочный

Итого за десятиый день	500	14,19	18,37	108,5	650,51	0,221	0,545	49,98	0,07	0,18	135,9	245,7	64,97	275,1	51,13	4,247	0,963	3,115
Итого за завтрак																		
Среднее значение за завтрак	173,78	179,64	844,3	5699,25	2,71	185,9	5739	20,1	4,44	1859	2927	789,6	6607	667,8	199,6	13,2	46,69	
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ	17,38	17,96	84,43	569,92	0,27	18,59	573,9	2,01	0,44	185,9	292,7	78,96	660,7	66,78	19,95	1,32	4,67	
Выполнение СанПин 2020-	12%	28%	59%															
Выполнение МР% от суточной нормы	23%	23%	25%	24,25%	22,60%	30,98%	81,99%	20,10%	31,71%	16,30%	26,61%	31,38%	60,07%	66%	66%	44%	38,91%	
Среднесуточная потребность в пищевых веществах за завтрак для обучающихся 7-11 лет по СанПин 2.3/2.4.3590-20	22%	23,10%	27%	25%	19%	22%	74%	18%	19%	16%	21%	28%	55%	63%	63%	40%	35%	
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по СанПин 2.3/2.4.3590-20	15-19,2	15-19,75	67-83,75	470-587,5	0,24-0,31	12,0-15,4	140-173	2,2-5	0,28-0,32	220-273	220-273	50-62,5	220-273	0,02	0,006	0,6-0,75	2,4-3,0	
Коэффициент потерь	77	79	335	2350	1,2	60	700	10	1,4	1100	1100	250	1100	0,1	0,03	3	12	
MR+потери	0,8	0,9	0,97		0,8	0,7	0,9	0,9	0,93	0,95	0,8	0,9	24	12	12	0,3	0,9	
Распределение ЭЦ	78,8	77,8	314,4	2272,7	1,4	85,7	777,8	10,9	2,3	1158	1375	277,8	836	0,1	0,1	3,3	13,3	

Согласовано:

Васильева

20.02.2018



для организации бесплатного горячего питания обучающихся 1-4 классов (7-11 лет) общ. получающих начальное общее образование

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	B1	C	A	D	B2	Ca	P	Mg	K	I	Se	F	Fe	№ рецептуры
ДЕНЬ 1																			

Оррцы солёные(порционно)	60	0,48	0,12	1,92	10,8	0,012	3	3	0	0,02	13,8	14,4	8,4	85	1,8	0,18	0,1	0,36	Могильный 2017год
Ворст с капустой и картофелем со сметаной	210	4,999	5,885	10,545	116,308	0,063	16,99	12,58	0	0,044	46,65	72,65	24,46	264,6	17,2	0,396	0,22	1,119	Могильный 2017год №82
Биточки с соусом томатным	100	9,25	9,25	13,38	173,75	0,111	3,099	11,25	0,082	0,12	29,07	159,4	26,17	263,6	15,54	3,08	0,487	2,449	Кушча 2016 год №309
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,38	6,28	36,48	224,28	0,06	0	0	0,09	0,03	12	34	8	53,8	21	0,06	0,12	0,8	Могильный 2017год №309
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	29	116,6	0,004	1,555	0	0	0,01	2,489	1,711	1,4	92,5	0,8	0,1	0,032	0,28	Могильный 2017год №342
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,057	0,8	Могильный
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,048	0,78	Могильный
Итого за первый день	780	24,749	22,175	118,573	775,338	0,348	24,64	26,83	0,172	0,224	119	347	91,02	839,2	58,31	6,916	1,551	6,588	

ДЕНЬ 2

Салат из свежых отварной	60	0,855	4,053	5,016	59,904	0,011	4,62	0	0	0,02	21,09	24,59	12,54	136	12	0,35	0,011	0,798	Могильный 2017год №212
Суп картофельный с бобовыми	200	4,06	4,28	19,08	131	1,13	5,6	600	0,066	0,056	45,2	69	24	382,4	16	2	0,288	1,8	Могильный 2017год №102
Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,6	5,1	5,6	112	0,119	15,09	11,74	0,17	0,086	27,29	96,05	26,36	427,1	144,3	12,31	0,631	0,771	Могильный 2017год №382
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163,5	0,15	5,6	4	0,09	0,11	40	84	30	625	28	0,78	0,73	1	Могильный 2017год №312
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0,8	Могильный 2017год №376
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,042	0,78	Могильный
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,057	0,8	Могильный
Итого за второй день	770	23,345	20,823	93,844	658,004	1,508	30,91	615,7	0,326	0,282	160,6	346,4	121,5	1671	202,3	18,54	1,459	6,749	

ДЕНЬ 3

Салат из квашеной капусты	60	0,78	3	4,8	50,4	0,012	14,46	0	0,04	0,018	30,6	18	9,6	161,4	0,156	0,342	0,532	Мотильный 2017 год №47
Рассольник Ленинградский	200	4,894	5,055	13,954	121,506	0,099	13,73	6	0	0,052	23,79	76,99	24,68	335	16,6	0,754	0,028	Мотильный 2017 год №96
Шов из птицы	200	14,9	19	24,1	327	0,14	4,6	13,58	0,066	0	22,36	245,5	50,12	383	40	27,5	0,169	Мотильный 2017 год №291
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124	0,02	0,8	0	0	0	32	29,2	21	0,17	0	0	0	Мотильный 2017 год №349
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,057	Мотильный
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,048	Мотильный

Итого за третий день

ДЕНЬ 4

Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	0,012	4,2	0	0	0,02	24,6	22,2	9	204	8,6	0,21	0,061	Мотильный 2017 год
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4,618	3,877	16,449	119,458	0,128	14,31	24,5	0,066	0,046	26,94	110	27,15	410,4	16,8	0,232	0,033	Мотильный 2017 год №112
Тефтели куриные	100	9,556	10,854	10,742	179,34	0,107	2,88	38,64	0,02	0,06	24,65	99,94	15,8	171,4	12,8	14,36	0,08	Мотильный 2017 год №279
Капустя тушеная	150	3,892	5,354	21,272	157,49	0,112	110	28	0,09	0,06	120,8	91,06	46,12	506	25	0,7	0,029	Мотильный 2017 год №221
Чай с лимоном	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	Мотильный 2017 год №377
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,048	Мотильный
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,3	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,057	Мотильный

Итого за четвертый день

ДЕНЬ 5

Винегрет овощной	60	0,764	6,099	4,455	76,346	0,03	5,7	0	0	0,01	13,68	25,16	11,55	128	7,9	0,14	0,012	Мотильный 2017 год №67
Суп картофельный с крупой(рисовый)	200	2	2,4	14,64	90,4	0,126	1,6	8	0,066	0,054	11,4	34,4	12,4	135,6	14,68	1,192	0,018	Мотильный 2016 год №133
Щициль с соусом	100	9,25	9,25	13,38	173,75	0,111	3,099	11,25	0,091	0,144	29,07	19,4	26,17	251,9	21,3	3,625	0,051	Мотильный 2017 год №268
Картофель отварной	150	3	7,65	23,85	181,5	0,15	21,75	0	0,066	0,12	18	81	33	625,8	6,46	0,388	0,056	Мотильный 2017 год №310
Компот из свежих плодов	200	0,16	0	29	116,6	0,004	1,555	0	0	0,01	2,489	1,711	1,4	92,5	0,8	0,1	0,003	Мотильный 2017 год №377
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,005	Мотильный
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,3	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,006	Мотильный

Итого за пятый день

	770	19,654	26,039	112,573	772,196	0,519	33,7	19,25	0,223	0,338	89,63	366,5	107,1	1314	53,11	8,545	0,15	6,387
--	-----	--------	--------	---------	---------	-------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------

ДЕНЬ 6

Помидоры коленые(порционно)	60	0,72	0,12	3,36	18	0,024	6	30	0	0,02	13,8	14,4	8,4	174	1,2	0,24	0,012	0,36	Мотивный 2017год
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	210	6,574	6,055	13,716	137,298	0,105	11,34	12,58	0	0,052	50,07	109,6	31,53	317,4	17,8	2,12	0,026	1,609	Мотивный 2017год №84
Улиш	90	12,51	5,85	3,6	118,8	0,108	0	0	0,068	0,1	17,1	154,8	16,2	290,3	15,75	0,28	0,056	2,07	Мотивный 2017год№60
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,7	10,6	49,8	321	0,24	0	36	0,09	0,12	16,85	205,6	136	219	22	3,52	0,016	4,58	Мотивный 2017год№302
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	0,01	12	8	6	20,8	0	0	0	0,8	Мотивный 2017год№376
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,006	0,8	Мотивный
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,005	0,78	Мотивный

Итого за шестой день 770 31,184 23,265 112,724 786,698 0,574 17,34 78,58 0,158 0,302 124,8 557,1 220,7 1101 58,72 9,26 0,12 11

ДЕНЬ 7

Салат из свежесы отварной Суп картофельный с бобовыми	60	0,855	4,053	5,016	59,904	0,011	4,62	0	0	0,02	21,09	24,59	12,54	136	12	0,35	0,011	0,798	Мотивный 2017год №52
Плов из птицы	200	4,06	4,28	19,08	131	1,13	5,6	600	0,066	0,056	45,2	69	24	382,4	16	2	0,029	1,8	Мотивный 2017год№102
Компот из смеси сухофруктов	200	14,9	19	24,1	327	0,14	4,6	13,58	0,066	0,08	22,36	245,5	50,12	383	40	27,5	0,169	1,498	Мотивный 2017год№291
Хлеб пшеничный	200	0,6	0	31,4	124	0,02	0,8	0	0	0	32	29,2	21	0,17	0	0	0	0,7	Мотивный 2017год№349
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,16	0,4	19,3	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,006	0,8	Мотивный
	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,005	0,78	Мотивный

Итого за седьмой день 720 24,895 27,973 106,844 775,504 1,399 15,62 613,6 0,132 0,156 135,7 433,1 130,3 981,2 69,97 32,950,2192 6,376

ДЕНЬ 8

Салат из квашеной капусты Суп картофельный с макаронными изделиями	60	0,78	3	4,8	50,4	0,012	14,46	0	0,04	0,018	30,6	18	9,6	167,1	0,156	0,342	0,005	0,72	Мотивный 2017год №47
Терфегин с томатным соусом	200	4,618	3,877	16,449	119,458	0,128	14,31	24,5	0,066	0,046	26,94	110	27,15	410,4	16,8	0,232	0,003	1,439	Мотивный 2017год №112
Каша ячневая рассыпчатая	90	7,4	17,4	12,3	235	0,038	6,97	3,49	0,082	0,03	12,34	30	14,23	189,6	18,54	0,98	0,038	0,575	Мотивный 2017год№279
Чай с лимоном	150	5	8,9	36,1	245	0,093	0	0	0,13	0,05	45,05	165,8	24,65	104	23	1,46	0,017	0,876	Мотивный 2012год№18
Хлеб пшеничный	207	0,2	0	15,2	60	0	2,2	0	0	0,01	16	8	6	30,2	0	0,02	0,7	0,8	Мотивный 2017год№376
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94	0,064	0	0	0	0	9,2	34,8	13,2	30,87	1,33	2	0,006	0,8	Мотивный
	20	1,32	0,24	7,928	39,6	0,034	0	0	0	0	5,8	30	9,4	48,8	0,64	1,1	0,005	0,78	Мотивный

Итого за восьмой день 767 22,478 33,817 112,097 843,458 0,369 37,94 27,99 0,318 0,154 145,9 396,6 104,2 981 60,47 6,134 0,774 5,99

2	0,006	0,8	Могильный
---	-------	-----	-----------

0,131	1,200
-------	-------

0,005	0,78	Могильный
1		