изм. 7-11 Ленинградская

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ НОШ № 40
_____ Е.В. Бауэр
"05" февраля 2024 года

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 1								
завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	200	7,6	9,6	31,9	245,9	175	2011
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ПРЯНИКИ ***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	580	2021
Итого за завтрак:		500	17,5	15,7	85,9	557,9		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры **	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	МАКРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:		890	25,5	23,8	109,3	741,1		
Итого за день:		1390	43	39,5	195,2	1299		

* - допускается выдачи иных фруктов
** - допускается выдачи иных овощей
*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2								
завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	100	10.6	13.2	14.3	218.5	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	25	0.2	0.8	1.2	13	419-ттк	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	155	4.2	4	25.8	156.6	225	2021
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0.3	0.1	21.7	89.9	467	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	25	1.9	0.2	12.3	58.5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
Итого за завтрак:		585	19.3	18.7	84.3	584.3		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ п	70	0.9	4.3	4.3	58.9	31	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п	200	5	2.9	11.7	92.6	113	2021
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ-ттк	110	9.5	9	12	166.5	239	2011
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	3.2	7.7	23.9	173.1	145	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.3	2.9	13.9	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0.4	10	51.5	574	2021
Итого за обед:		795	26.9	27.5	95.5	730.2		
Итого за день:		1380	46.2	46.2	179.8	1314.5		

** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3								
завтрак								
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные ттк	180	14.4	14.4	42.7	360	286-ттк	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1.1	1.3	8.3	49.1	471	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п	200	0.2	0.1	9.3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1.5	0.2	9.8	46.8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
Итого за завтрак:		535	19.2	16.7	87.9	579.1		
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0.7	0.1	4.4	23.6	56	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ п	200	2.1	4.1	10.6	87.6	100	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	13.3	17.5	29.8	430.9	263	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0.2	0.2	23.8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0.4	10	51.5	574	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1.1	0.9	14.8	73.2	581	2021
Итого за обед:		745	22.4	23.5	113.1	858.4		
Итого за день:		1280	41.6	40.2	201	1437.5		

** - допускается выдачи иных овощей
*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 4								
завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры п**	60	0.4	0.1	1.1	6.6	148	2021
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные-ттк	110	9.5	11	12	166.5	486-ттк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ п	150	4.1	6	8.7	105	377	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮп-ттк	30	0.3	1	1.4	15.7	419-ттк	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ п	200	0.6	0.1	20.1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
Итого за завтрак:		600	18.8	18.7	66.1	489.2		
обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ п	60	0.7	3.1	3.3	43.8	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯп	200	2	3.1	8.9	71.4	128	2021
	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	9.5	16.4	2.3	274.5	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ п	150	3.9	3.2	23.1	137.1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ п	200	0.3	0.1	9.5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	50	3.8	0.4	24.6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	35	2.8	0.5	14	72.1	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	120	0.5	0.5	11.8	52.8	82	2021
Итого за обед:		905	23.5	27.3	97.5	808.7		
Итого за день:		1505	42.3	46	163.6	1297.9		

* - допускается выдачи иных фруктов

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ п	60	1	3.6	4.9	56.4	9	2021
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-ттк	180	12.5	13.9	32.2	294.8	375-ттк	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п	200	2.8	2.5	13.6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1.5	0.2	9.8	46.8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)п*	100	0.8	0.2	7.5	38	82	2021
Итого за завтрак:		580	20.2	20.7	76	565.2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы п**	60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1.5	3.5	5.6	60	95	2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12.6	15.2	8.1	265.4	297	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)п-ттк	150	4.1	5.8	23.8	112.9	400-ттк	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200	1	0.2	20.2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	50	3.8	0.4	24.6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	35	2.8	0.5	14	72.1	574	2021
Итого за обед:		795	26.3	25.7	97.3	720		
Итого за день:		1375	46.5	46.4	173.3	1285.2		

* - допускается выдачи иных фруктов
** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 1								
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная	200	8.2	6.4	36.9	239.5	223	2021
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)п	10	0.1	7.3	0.1	66.1	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)п	10	2.3	3	0	35.8	75	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.3	2.9	13.8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	40	3.2	0.6	16	82.4	574	2021
Итого за завтрак:		500	20.1	20.5	86.5	611.4		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы п**	60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ п	200	2.1	2.8	7.5	64	115	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13.4	22.9	31.1	432.1	259	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ п	200	0.6	0.1	20.1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30	2.4	0.5	12	61.8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
Итого за обед:		830	22.4	27.1	101.2	786.1		
Итого за день:		1330	42.5	47.6	187.7	1397.5		

* - допускается выдачи иных фруктов
** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 2								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	0.3	3.7	4.6	55.2	30	2021
	ПЛОВ из мяса	160	11.7	13.52	27.68	331.2	330	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.3	0.1	9.5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2.3	0.2	14.8	70.2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	110	0.4	0.4	10.8	48.4	82	2021
Итого за завтрак:		580	16.6	18.22	75.38	586.2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры п**	60	0.5	0.1	1	6.6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1.5	3.5	5.6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА-ттк	100	14.9	18	30.5	299.8	294-ттк	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п	150	5.6	5	29.6	184.5	256	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ п	200	0.2	0.2	23.8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	25	2	0.4	10	51.5	574	2021
Итого за обед:		775	27.7	27.5	120.2	794		
Итого за день:		1355	44.3	45.72	195.58	1380.2		

** - допускается выдачи иных овощей

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 3								
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)п	60	1.1	5.3	4.6	70.8	150	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙп-ттк	150	13.5	11.6	3.5	201.2	268-ттк	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200	1	0.2	20.2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1.5	0.2	9.8	46.8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)п*	100	0.4	0.4	9.8	44	82	2021
	ПРЯНИКИ п***	20	1.1	0.9	14.8	73.2	581	2021
Итого за завтрак:		570	20.2	18.9	70.7	563.2		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ п	60	0.8	3.7	4.6	54.6	26	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ п	200	5	2.9	11.7	92.6	113	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	110	11.1	13.8	11.4	204.6	279	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ п	155	4.2	4	25.8	156.6	225	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ п	200	0.2	0.1	9.3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	40	3.2	0.6	16	82.4	574	2021
Итого за обед:		805	27.5	25.4	98.5	722.4		
Итого за день:		1375	47.7	44.3	169.2	1285.6		

* - допускается выдачи иных фруктов
*** - допускается выдачи иных кондитерских изделий

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 4								
завтрак	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ п	60	0.5	3.6	1.6	40.8	16	2021
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	110	9.5	9	12	166.5	239	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ п	150	4.1	6	8.7	105	377	2021
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА п	200	0.7	0.3	18.3	78	496	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	25	1.9	0.2	15.3	58.5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
Итого за завтрак:		565	18.3	19.4	63.9	490		
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ п	70	1	4.2	5.9	65.9	1	2021
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ п	200	2.1	4.1	10.6	87.6	100	2021
	ГУЛЯШ	100	10.6	14.9	2.9	309	260	2011
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	155	2.3	4.6	26.4	155.2	324	2008
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД п	200	0.1	0.1	11.1	46	486	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	50	3.8	0.4	24.6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	40	3.2	0.6	16	82.4	574	2021
Итого за обед:		815	23.1	28.9	97.5	863.1		
Итого за день:		1380	41.4	48.3	161.4	1353.1		

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 7-11 лет
пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 5								
завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы п**	60	0.4	0.1	1.1	6.6	148	2021
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ	100	10.8	10.2	13.6	276.6	326	2016
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п	150	5.6	5	29.6	184.5	256	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮп-ттк	25	0.2	0.8	1.2	13	419-ттк	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п	200	0.1	0.1	10.9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	20	1.5	0.2	9.8	46.8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	20	1.6	0.3	8	41.2	574	2021
Итого за завтрак:		575	20.2	16.7	74.2	613.7		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК п	60	0.6	3.7	4.5	53.4	22	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ п	200	1.5	3.5	5.6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ п-ттк	100	12.8	4.1	5.9	112.6	308-ттк	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	3.9	11.8	29.4	239.9	142	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п	200	1	0.2	20.2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ п	40	3	0.3	19.7	93.6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ п	30	2.4	0.5	12	61.8	574	2021
Итого за обед:		810	25.2	24.1	97.3	707.3		
Итого за день:		1385	45.4	40.8	171.5	1321		

* - допускается выдачи иных фруктов
** - допускается выдачи иных овощей

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	560	19	18.1	80.04	555.14
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		15.4	15.8	67	470
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		19.25	19.75	83.75	587.5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24.68	22.91	23.89	23.62

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	826	24.92	25.56	102.54	771.68
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		23.1	23.7	100.5	705
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		26.95	27.65	117.25	822.5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32.36	32.35	30.61	32.84

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	1386	43.92	43.66	182.58	1326.82
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		38.5	39.5	167.5	1175
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		46.2	47.2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		57.04	55.27	54.50	56.46

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	558	19.08	18.744	74.136	572.9
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		15.4	15.8	67	470
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		19.25	19.75	83.75	587.5
выход норм в % соотношении за 5 дней		25	23.73	22.13	24.38

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	807	25.18	26.6	102.94	774.58
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		23.1	23.7	100.5	705
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		26.95	27.65	117.25	822.5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32.70	33.67	30.73	32.96

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД =50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 5 дней (вторую неделя) в среднем фактически:	1365	44.26	45.344	177.076	1347.48
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		38.5	39.5	167.5	1175
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		46.2	47.2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		57.48	57.40	52.86	57.34

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	500	17.5	15.7	85.9	557.9
2 ДЕНЬ	585	19.3	18.7	84.3	584.3
3 ДЕНЬ	535	19.2	16.7	87.9	579.1
4 ДЕНЬ	600	18.8	18.7	66.1	489.2
5 ДЕНЬ	580	20.2	20.7	76	565.2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	560	19	18.1	80.04	555.14
6 ДЕНЬ	500	20.1	20.5	86.5	611.4
7 ДЕНЬ	580	16.6	18.22	75.38	586.2
8 ДЕНЬ	570	20.2	18.9	70.7	563.2
9 ДЕНЬ	565	18.3	19.4	63.9	490
10 ДЕНЬ	575	20.2	16.7	74.2	613.7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	558	19.08	18.744	74.136	572.9
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):	559	19.04	18.422	77.088	564.02

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	890	25.5	23.8	109.3	741.1
2 ДЕНЬ	795	26.9	27.5	95.5	730.2
3 ДЕНЬ	745	22.4	23.5	113.1	858.4
4 ДЕНЬ	905	23.5	27.3	97.5	808.7
5 ДЕНЬ	795	26.3	25.7	97.3	720
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	826	24.92	25.56	102.54	771.68
6 ДЕНЬ	830	22.4	27.1	101.2	786.1
7 ДЕНЬ	775	27.7	27.5	120.2	794
8 ДЕНЬ	805	27.5	25.4	98.5	722.4
9 ДЕНЬ	815	23.1	28.9	97.5	863.1
10 ДЕНЬ	810	25.2	24.1	97.3	707.3
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	807	25.18	26.6	102.94	774.58
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):	816.5	25.05	26.08	102.74	773.13