

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ "Лицей №11 "



В.О. Погагуева

Примерное 2-х недельное меню на горячее питание

для обучающихся 7-11 лет (1-4 классы), завтрак стоимостью 76 руб. 45коп., обед 107 руб. 03 коп.

на 2024 год





Завтрак												
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	0,10	6,00		
Плов из птицы	200	18,01	8,95	36,45	298,66	0,14	0,14	6,50	36,09	291M		
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376M		
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК		
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>21,75</b>	<b>10,19</b>	<b>74,11</b>	<b>475,46</b>	<b>0,19</b>	<b>0,25</b>	<b>6,63</b>	<b>60,79</b>			
Обед												
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00			
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	200	2,15	2,27	13,96	94,60	0,09	0,05	6,60	23,36	103M		
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	90	8,78	4,46	3,42	94,50	0,05	0,05	3,36	35,16	229M		
Пюре картофельное с м/с 150/3	153	3,84	6,98	20,48	157,05	0,14	0,11	18,16	37,70	312M		
Кисель из плодов/ягод (замороженных или свежих, из сока плодового)	200	0,31	0,00	39,40	160,00	0,01	0,020	2,40	22,46	358M		
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК		
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60			
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	338M		
<b>Итого за Обед</b>	<b>863</b>	<b>20,27</b>	<b>15,55</b>	<b>119,60</b>	<b>715,93</b>	<b>0,39</b>	<b>0,36</b>	<b>40,62</b>	<b>152,88</b>			
<b>Всего за Вторник</b>	<b>1363</b>	<b>42,02</b>	<b>25,74</b>	<b>193,71</b>	<b>1191,39</b>	<b>0,58</b>	<b>0,61</b>	<b>47,25</b>	<b>213,67</b>			
<b>День 3/неделя 1: Среда</b>												
Завтрак												
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00			
Котлеты мясные (особые)	90	8,80	11,81	9,34	180,00	0,10	0,01	0,01	14,82	269M		
Каша рассыпчатая, пшеничная	150	6,60	5,73	37,88	229,50	0,00	0,17	0,02	16,64	171/302M		
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376M		



Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>19,14</b>	<b>18,78</b>	<b>84,88</b>	<b>586,30</b>	<b>0,15</b>	<b>0,29</b>	<b>0,16</b>	<b>56,16</b>	
<b>Обед</b>										
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	0,18	0,06	4,66	34,14	102M
Птица отварная (запеченная)	90	19,19	21,13	0,41	268,00	0,03	0,13	19,20	45,80	288/293M
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06	0,03	0,00	4,86	202/309M
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,09	32,00	132,80	0,01	0,20	0,70	32,40	349M
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>34,49</b>	<b>31,39</b>	<b>104,63</b>	<b>850,63</b>	<b>0,35</b>	<b>0,53</b>	<b>24,66</b>	<b>135,40</b>	
<b>Всего за Среду</b>	<b>1300</b>	<b>53,63</b>	<b>50,17</b>	<b>189,51</b>	<b>1436,93</b>	<b>0,50</b>	<b>0,82</b>	<b>24,82</b>	<b>191,56</b>	
<b>День 4/неделя 1: Четверг</b>										

**Завтрак**

Запеканка из творога с морковью (с соусом)	170	12,68	11,13	66,70	418,60	0,08	0,22	2,72	137,04	224M
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	338M
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376M
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>16,15</b>	<b>12,71</b>	<b>112,06</b>	<b>630,40</b>	<b>0,15</b>	<b>0,25</b>	<b>12,75</b>	<b>171,74</b>	

**Обед**

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	71,80	0,05	0,04	12,62	39,40	88/92M
Тефтели из птицы (1-ый вариант)	90	11,20	16,70	6,60	222,50	0,03	0,09	0,80	39,60	ТТК



Картофель отварной (запеченный)	150	2,86	4,32	23,01	142,35	0,15	0,09	21,00	14,64	310М
Компот из плодов/ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	14,18	342, 348,349М
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>20,42</b>	<b>26,58</b>	<b>96,35</b>	<b>714,03</b>	<b>0,31</b>	<b>0,34</b>	<b>35,42</b>	<b>126,02</b>	
<b>Всего за Четверг</b>	<b>1270</b>	<b>36,57</b>	<b>39,29</b>	<b>208,41</b>	<b>1344,43</b>	<b>0,46</b>	<b>0,59</b>	<b>48,17</b>	<b>297,76</b>	
<b>День 5/неделя 1: Пятница</b>										

### Завтрак

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Гуляш мясной	90	9,58	25,37	2,60	278,10	0,25	0,08	0,83	18,00	260М
Каша рассыпчатая, пшеничная	150	6,32	4,50	38,85	221,25	0,12	0,05	0,00	24,05	171/302М
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376М
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>19,64</b>	<b>31,11</b>	<b>79,11</b>	<b>676,15</b>	<b>0,42</b>	<b>0,24</b>	<b>0,96</b>	<b>66,75</b>	

### Обед

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80	0,07	0,05	6,70	23,32	96М
Птица тушеная в соусе	90	10,60	9,11	2,64	135,00	0,05	0,08	1,30	35,01	290М
Каша рассыпчатая, гречневая	150	8,60	6,10	38,64	243,75	0,21	0,11		14,82	171/302М
Компот плодов/ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	14,18	342, 348,349М
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>25,76</b>	<b>20,88</b>	<b>111,28</b>	<b>741,93</b>	<b>0,41</b>	<b>0,36</b>	<b>9,00</b>	<b>105,53</b>	
<b>Всего за Пятницу</b>	<b>1300</b>	<b>45,40</b>	<b>51,99</b>	<b>190,39</b>	<b>1418,08</b>	<b>0,84</b>	<b>0,60</b>	<b>9,96</b>	<b>172,28</b>	







**Завтрак**

Каша вязкая молочная из риса и пшени	200	5,71	3,74	41,27	221,90	0,10	0,09	0,12	125,03	175M
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,03	0,00	22,00	209M
Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0,00	0,01	0,00	2,40	14M
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	0,000	0,030	0,070	88,00	15M
Чай с лимоном 200/7	200	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	0,00	2,83	14,20	377M
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>16,32</b>	<b>19,72</b>	<b>77,44</b>	<b>553,70</b>	<b>0,17</b>	<b>0,17</b>	<b>3,02</b>	<b>259,23</b>	

**Обед**

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00	0,04	0,04	8,54	39,78	82M
Фрикадельки (из кур или бройлеров-цыплят), с соусом	90	11,20	16,70	6,60	222,50	0,03	0,09	0,80	39,60	297M
Каша рассыпчатая, пшеничная	150	6,32	4,50	38,85	221,25	0,12	0,05	0,00	24,05	171/302M
Компот из плодов/ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	14,18	342, 348,349M
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>23,91</b>	<b>26,74</b>	<b>114,62</b>	<b>804,13</b>	<b>0,28</b>	<b>0,30</b>	<b>10,34</b>	<b>135,81</b>	
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1260</b>	<b>40,23</b>	<b>46,46</b>	<b>192,06</b>	<b>1357,83</b>	<b>0,45</b>	<b>0,47</b>	<b>13,36</b>	<b>395,04</b>	
<b>День 2 /неделя 2: Вторник</b>										

**Завтрак**

Запеканка из творога с морковью, с соусом	170	12,68	11,13	66,70	418,60	0,08	0,22	2,72	137,04	224M
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	338M
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376M
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК



Итого за	Завтрак	510	16,15	12,71	112,06	630,40	0,15	0,25	12,75	171,74	
<b>Обед</b>											
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	0,10	6,00	
Суп крестьянский с крупой	200	1,19	3,93	4,87	61,00	0,03	0,03	7,90	7,90	28,70	98M
Плов из птицы	200	18,01	8,95	36,45	298,66	0,14	0,14	6,50	6,50	36,09	291M
Компот из плодов/ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	0,90	14,18	342, 348,349M
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	10,00	16,00	338M
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	0,00	4,60	
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>820</b>	<b>24,55</b>	<b>14,88</b>	<b>111,54</b>	<b>684,04</b>	<b>0,28</b>	<b>0,17</b>	<b>25,40</b>	<b>25,40</b>	<b>113,17</b>	
<b>Всего за Вторник</b>	<b>1330</b>	<b>40,70</b>	<b>27,59</b>	<b>223,60</b>	<b>1314,44</b>	<b>0,43</b>	<b>0,42</b>	<b>38,15</b>	<b>38,15</b>	<b>284,91</b>	
<b>День 3/неделя 2: Среда</b>											
<b>Завтрак</b>											
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	0,10	6,00	
Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	90	9,04	10,20	10,69	171,00	0,07	0,07	0,59	0,59	39,80	295M
Каша рассыпчатая гречневая	150	8,60	6,10	38,64	243,75	0,21	0,11	0,00	0,00	14,82	171/302M
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	0,03	11,10	376M
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>21,38</b>	<b>17,54</b>	<b>86,99</b>	<b>591,55</b>	<b>0,33</b>	<b>0,29</b>	<b>0,72</b>	<b>0,72</b>	<b>79,32</b>	
<b>Обед</b>											
Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	0,10	6,00	
Суп картофельный с макаронными изделиями (с вермишелью)	200	2,15	2,27	13,96	94,60	0,09	0,05	6,60	6,60	94,60	103M
Мясо тушеное	90	9,52	25,35	2,30	274,50	0,25	0,08	0,16	0,16	17,18	256M



Канна рассольчатая, ячменная	150	4,80	4,40	30,80	182,50	0,09	0,03	0,00	39,20	171/302M
Компот из плодов/ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	14,18	342, 348,349M
Хлеб ржаной (ржанопшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>21,42</b>	<b>33,62</b>	<b>107,48</b>	<b>828,98</b>	<b>0,51</b>	<b>0,28</b>	<b>7,76</b>	<b>183,36</b>	
<b>Всего за Среду</b>	<b>1300</b>	<b>42,80</b>	<b>51,16</b>	<b>194,47</b>	<b>1420,53</b>	<b>0,84</b>	<b>0,57</b>	<b>8,48</b>	<b>262,68</b>	
<b>День 4 /неделя 2: Четверг</b>										

**Завтрак**

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Тефтели (мясные) с соусом сметанным с томатом	90	6,41	7,16	8,39	123,55	0,16	0,06	0,59	22,87	278M
Макаронные изделия отварные с маслом 150/5	155	5,56	8,10	26,50	201,45	0,06	0,03	0,00	6,06	202/309M
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376M
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за _Завтрак</b>	<b>545</b>	<b>15,71</b>	<b>16,50</b>	<b>72,55</b>	<b>501,80</b>	<b>0,27</b>	<b>0,20</b>	<b>0,72</b>	<b>53,63</b>	

**Обед**

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Суп картофельный с крупой	200	1,58	2,17	9,69	68,60	0,07	0,04	6,60	21,36	101M
Жаркое по-домашнему	200	14,06	33,71	18,95	437,71	0,43	0,17	7,72	32,79	259M
Компот из плодов/ягод (замороженных или свежих)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	14,18	342, 348,349M
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	338M
Хлеб ржаной (ржанопшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
Батон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>820</b>	<b>20,99</b>	<b>37,88</b>	<b>98,86</b>	<b>830,69</b>	<b>0,61</b>	<b>0,35</b>	<b>25,32</b>	<b>102,53</b>	



всего за Четверг											1365	36,70	54,38	171,41	1332,49	0,88	0,55	26,04	156,16	
День 5 /неделя 2: Пятница																				
<b>Завтрак</b>																				
Закуска из овощей по сезону											60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Курица тушеная с морковью											90	12,69	5,10	3,90	113,76	0,03	0,04	1,10	20,70	54- 25М*/ТТ К
Каша рассыпчатая, пшеничная											150	6,60	5,73	37,88	229,50	0,00	0,17	0,02	16,64	171/302М
Чай с сахаром											200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376М
Батон домашний											40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Завтрак</b>											<b>540</b>	<b>23,03</b>	<b>12,07</b>	<b>79,44</b>	<b>520,06</b>	<b>0,08</b>	<b>0,32</b>	<b>1,25</b>	<b>62,04</b>	

**Обед**

Салат из овощей по сезону											60	1,02	3,00	5,07	51,42	0,01	0,01	11,88	31,30	
Суп картофельный с бобовыми (горох)											200	4,39	4,22	13,23	118,60	0,18	0,06	4,66	34,14	102М
Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами											90	8,78	4,46	3,42	94,50	0,05	0,05	3,36	35,16	229М
Пюре картофельное с м/с 150/3											153	3,84	6,98	20,48	157,05	0,14	0,11	18,16	37,70	312М
Компот из плодов/ягод (замороженных или свежих)											200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,01	0,01	0,90	14,18	342, 348,349М
Хлеб ржаной (ржанопшеничный) йодированный											20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02		0,00	4,60	
Батон домашний											50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,05	0,01	0,00	9,50	ТТК
<b>Итого за Обед</b>											<b>773</b>	<b>23,06</b>	<b>20,49</b>	<b>105,66</b>	<b>713,15</b>	<b>0,46</b>	<b>0,25</b>	<b>38,96</b>	<b>166,58</b>	
<b>Всего за Пятницу</b>											<b>1313</b>	<b>46,09</b>	<b>32,56</b>	<b>185,10</b>	<b>1233,21</b>	<b>0,54</b>	<b>0,57</b>	<b>40,21</b>	<b>228,62</b>	
День 6/неделя 2: Суббота																				
<b>Завтрак</b>																				
Закуска из овощей по сезону											60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	



Варенье отварной (замоченный)	150	2,86	4,32	23,01	142,35	0,15	0,09	21,00	14,64	310M
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	11,10	376M
Багон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>16,18</b>	<b>30,93</b>	<b>63,27</b>	<b>597,25</b>	<b>0,45</b>	<b>0,28</b>	<b>21,96</b>	<b>57,34</b>	

**Обед**

Закуска из овощей по сезону	60	0,67	0,06	2,10	12,00	0,01	0,10	0,10	6,00	
Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80	0,07	0,05	6,70	23,32	96M
Тефтели из птицы (1-ый вариант)	90	11,20	16,70	6,60	222,50	0,03	0,09	0,80	39,60	ТТК
Каша рассыпчатая, пшеничная	150	6,32	4,50	38,85	221,25	0,12	0,05	0,00	24,05	171/302M
Кисель из плодов/ягод (замороженных или свежих, из сока плодового)	200	0,31	0,00	39,40	160,00	0,01	0,020	2,40	22,46	358M
Хлеб ржаной (ржанно-пшеничный) йодированный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,00	0,00	4,60	
Багон домашний	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,01	0,00	7,60	ТТК
<b>Итого за Обед</b>	<b>760</b>	<b>24,23</b>	<b>26,71</b>	<b>126,97</b>	<b>852,33</b>	<b>0,30</b>	<b>0,32</b>	<b>10,00</b>	<b>127,63</b>	
<b>Всего за Субботу</b>	<b>1300</b>	<b>40,40</b>	<b>57,64</b>	<b>190,24</b>	<b>1449,58</b>	<b>0,75</b>	<b>0,60</b>	<b>31,96</b>	<b>184,97</b>	
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>529</b>	<b>18,13</b>	<b>18,25</b>	<b>81,96</b>	<b>565,79</b>	<b>0,24</b>	<b>0,25</b>	<b>6,74</b>	<b>113,88</b>	
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>782</b>	<b>23,02</b>	<b>26,72</b>	<b>110,86</b>	<b>785,55</b>	<b>0,41</b>	<b>0,28</b>	<b>19,63</b>	<b>138,18</b>	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>220,98</b>	<b>229,52</b>	<b>987,28</b>	<b>6932,57</b>	<b>3,00</b>	<b>3,16</b>	<b>79,85</b>	<b>1585,97</b>	
<b>Среднее значение за завтрак</b>		<b>18,42</b>	<b>19,13</b>	<b>82,27</b>	<b>577,71</b>	<b>0,25</b>	<b>0,26</b>	<b>6,65</b>	<b>132,16</b>	
<b>Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20</b>		<b>0,24</b>	<b>0,24</b>	<b>0,25</b>	<b>0,25</b>	<b>0,21</b>	<b>0,19</b>	<b>0,11</b>	<b>0,12</b>	
<b>Итого за обед</b>		<b>286,15</b>	<b>327,34</b>	<b>1314,47</b>	<b>9462,70</b>	<b>4,99</b>	<b>3,86</b>	<b>248,28</b>	<b>1521,08</b>	



Среднее значение за обед	23,85	27,28	109,54	788,56	0,42	0,32	20,69	126,76	
Выполнение СанПиН 2.3.2.4.3590-20	0,31	0,35	0,33	0,34	0,35	0,23	0,34	0,12	
Нормы за день	507,13	556,86	2301,75	16395,27	8,00	7,03	328,13	3107,05	
Среднее значение за день	42,26	46,40	191,81	1366,27	0,67	0,59	27,34	258,92	
Выполнение СанПиН 2.3.2.4.3590-20	0,55	0,59	0,57	0,58	0,56	0,42	0,46	0,24	
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020	77,00	79,00	335,00	2350,00	1,20	1,40	60,00	1100,00	
Распределение ЭЦ			Норма						
	Завтрак	0,25	20-25%						
	Обед	0,34	30-35%						

Использованная литература: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного изд. Дели плюс, 2017 г

\* Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся. 1-4-х классов в общеобразовательных организациях (пособие). Москва 2022г.

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов. В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Страница

12 страниц

Директор МООС  
"Ауыл ИИ"

Томский  
102610417

