

СОГЛАСОВАНО
РУКОВОДИТЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ
ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА ПО
ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ



/Механтьев И.И./

М.П.

Утверждено
Генеральный директор

ООО «ГК Фьюжен Менеджмент»



/Васьков В.Б./

М.П.

Примерное 10-ти дневное меню школьных завтраков, обедов и полдников для обучающихся в общеобразовательных учреждениях городского округа г Воронежа на осенне - зимний и весенний периоды

Возрастная категория с 7 до 11 лет

Генер.

День/прием пищи	№ рецептур	Наименование	Выход 7-10 лет, грамм.	Пищевые вещества, грамм.				Витамины, мг.				Минеральные вещества, мг.			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1 день															
завтрак	204	Макароны отварные с сыром	180	5,40	7,20	26,40	198,00	0,07	0,00	0,00	2,40	14,40	40,80	7,20	0,80
	430	Чай с сахаром	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
	6	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	1,00	2,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	440	8,60	15,90	66,10	453,00	0,12	2,20	0,27	2,90	61,80	212,80	25,60	1,00
обед		Огурцы свежие	60	0,48	0,00	0,90	78,80	0,00	3,00	0,00	0,30	13,80	14,40	2,40	0,00
	114	Суп картофельный с крупой	250	2,75	2,25	20,50	112,50	0,13	4,38	0,00	2,13	35,00	121,00	38,00	1,00
	343	Птица тушеная	100	12,30	10,10	3,80	167,00	0,07	0,00	16,00	0,00	11,20	128,00	15,20	1,00
	511	Рис отварной	150	3,64	4,30	36,67	199,95	0,02	0,00	0,00	0,27	2,42	60,60	19,01	0,51
	412	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	0,20	0,20	27,20	110,00	0,00	5,40	0,00	0,00	193,00	4,00	4,00	0,80
		Хлеб пшеничный	60	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	870	24,55	17,59	124,71	845,25	0,34	12,78	16,00	3,60	281,12	560,00	106,61	4,01
полдник	245	Сырники	70	9,95	13,50	17,20	182,00	0,08	0,40	6,50	0,00	106,00	157,00	26,50	0,50
		Сок	200	1,00	0,00	20,20	92,00	0,10	6,00	0,00	0,40	36,00	26,00	22,00	0,60
		Итого:	270	10,95	13,50	37,40	274,00	0,18	6,40	6,50	0,40	142,00	183,00	48,50	1,10
		Итого за день:	1580	44,10	46,99	228,21	1572,25	0,64	21,38	22,77	6,90	484,92	955,80	180,71	6,11

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

2

2 день															
завтрак	311	Каша молочная из крупы Геркулес	200	7,92	12,49	35,84	288,57	0,59	0,92	52,19	0,17	142,49	223,79	67,45	1,65
	337	Яйцо вареное	50	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
	431	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	500	16,10	17,49	75,72	531,57	0,67	3,12	152,39	0,81	210,89	470,59	90,65	2,85
обед	56	Салат из свеклы	60	1,30	7,40	8,50	106,00	0,00	8,90	0,00	1,00	45,00	60,00	26,00	1,70
	124	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	250	2,50	5,38	12,50	110,00	0,13	20,50	0,00	1,00	65,00	225,00	20,00	0,60
	288	Тефтели рыбные с соусом	100	8,70	5,00	11,20	115,00	0,10	5,10	0,00	0,10	23,00	57,20	7,30	0,30
	520	Картофельное пюре	150	3,20	6,80	21,90	163,50	0,10	2,40	0,00	0,10	23,50	80,00	20,00	0,50
	591	Кисель из концентрата витаминизированный	200	0,20	0,00	33,80	132,00	0,00	6,00	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60
		Хлеб пшеничный	60	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	870	21,08	25,32	123,54	803,50	0,45	42,90	0,00	3,30	200,20	664,20	105,30	4,40
полдник		Печенье	60	3,00	8,00	25,80	260,00	0,19	0,00	0,00	1,20	41,50	89,00	8,00	1,90
		Фрукты	150	2,10	0,00	9,50	100,80	0,20	40,00	0,00	0,50	38,00	26,00	22,00	2,70
	645	Кефир	200	1,60	2,10	6,40	94,00	0,10	1,40	0,00	0,00	345,00	190,00	28,00	0,20
		Итого:	410	6,70	10,10	41,70	454,80	0,49	41,40	0,00	1,70	424,50	305,00	58,00	4,80
		Итого за день:	1780	43,88	52,91	240,96	1789,87	1,60	87,42	152,39	5,81	835,59	1439,79	253,95	12,05

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

3 день															
завтрак	228	Каша манная молочная жидкая	200	6,00	8,40	25,50	186,00	0,04	0,00	0,00	0,20	15,00	104,00	48,00	0,60
	379	Напиток кофейный	200	4,80	4,80	22,00	147,00	0,00	0,90	0,00	0,00	184,00	148,00	0,00	0,20
	6	Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	1,00	2,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Фрукты	150	2,10	0,00	9,50	100,80	0,20	40,00	0,00	0,50	38,00	26,00	22,00	2,70
		Итого:	610	15,80	21,90	81,50	628,80	0,29	40,90	0,07	1,20	249,40	392,00	82,40	3,70
обед	52	Салат из моркови	60	1,30	7,40	8,50	106,00	0,03	8,90	0,00	1,00	45,00	60,00	26,00	1,70
	139	Суп гороховый	250	7,50	7,00	27,88	208,75	0,15	1,00	0,25	1,00	82,50	327,50	47,50	0,80
	460	Биточек мясной	80	9,90	16,70	17,00	183,00	0,15	0,40	0,00	3,00	123,00	125,00	16,00	0,60
	353(2)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	0,21	0,00	0,00	0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
	409	Компот из яблок витаминизированный	200	0,20	0,20	27,20	115,00	0,00	5,40	0,00	0,00	193,00	4,00	4,00	0,80
		Хлеб пшеничный	60	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	850	32,68	38,13	154,86	1033,50	0,66	15,70	0,25	6,51	484,02	952,43	257,33	9,16
полдник	726	Блинчики со сгущенным молоком 70/20	90	5,97	3,39	37,03	202,22	0,11	0,10	22,69	1,39	76,41	97,67	23,22	1,01
	645	Кефир	200	1,60	2,10	6,40	94,00	0,10	1,40	0,00	0,00	345,00	190,00	28,00	0,20
		Фрукты	150	2,10	0,00	9,50	100,80	0,20	40,00	0,00	0,50	38,00	26,00	22,00	2,70
		Итого:	440	10	5	53	397	0	42	23	2	459	314	73	4
		Итого за день:	1900	58,15	65,52	289,29	2059,32	1,36	98,10	23,01	9,60	1192,83	1658,10	412,95	16,77

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

4

4 день															
завтрак	340	Омлет натуральный	150	20,50	11,00	2,80	363,00	0,02	0,00	0,00	0,20	35,00	196,00	4,13	1,10
	3	Бутерброд с сыром	45	5,22	7,47	13,35	141,30	0,04	0,10	53,10	0,42	125,28	86,40	8,51	0,44
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
	430	Чай с сахаром	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Итого:	445	28,82	18,87	55,75	684,30	0,11	2,30	53,30	1,02	206,68	452,40	31,03	1,74
обед	43	Салат из капусты свежей	60	1,40	5,10	8,90	88,00	0,03	12,00	0,40	0,30	45,00	50,00	12,00	0,70
	148	Суп-лапша на курином бульоне	250	3,50	8,00	17,25	150,00	0,13	0,88	0,00	2,13	26,25	126,25	14,00	0,40
	342	Рагу из птицы	150	12,30	14,00	9,60	197,00	0,10	3,50	0,10	0,70	27,00	259,00	5,00	0,80
	412	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	0,20	0,20	27,20	110,00	0,00	5,40	0,00	0,00	193,00	4,00	4,00	0,80
		Хлеб пшеничный	30	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	740	22,58	28,04	98,59	722,00	0,38	21,78	0,50	4,03	316,95	671,25	63,00	3,40
полдник	366	Запеканка из творога	80	8,91	6,07	28,09	203,00	0,03	1,05	37,10	0,30	81,71	111,40	15,77	0,54
		Сок	200	1,00	0,00	20,20	92,00	0,10	6,00	0,00	0,40	36,00	26,00	22,00	0,60
		Фрукты	150	2,10	0,00	9,50	100,80	0,20	40,00	0,00	0,50	38,00	26,00	22,00	2,70
		Итого:	430	12,01	6,07	57,79	395,80	0,33	47,05	37,10	1,20	155,71	163,40	59,77	3,84
		Итого за день:	1615	63,41	52,98	212,13	1802,10	0,82	71,12	90,90	6,25	679,34	1287,05	153,80	8,98

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

5 день															
завтрак	460	Котлета мясная	80	9,90	16,70	17,00	183,00	0,15	0,40	0,00	3,00	123,00	125,00	16,00	0,60
	255	Каша ячневая	150	4,70	9,20	31,00	231,00	0,10	0,00	0,00	0,90	12,40	72,00	49,00	1,00
	693	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	1,00	2,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	490	22,40	39,60	105,00	799,00	0,30	2,60	0,27	4,40	182,80	369,00	83,40	1,80
обед	77	Икра свекольная	60	1,20	3,06	5,10	52,20	0,00	4,20	0,00	1,00	26,00	60,00	9,00	0,42
	110	Борщ с капустой и картофелем	250	2,75	6,63	20,25	151,25	0,05	10,75	0,13	0,75	75,00	250,00	30,00	1,00
	309	Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,00	18,10	4,60	270,00	0,09	5,10	0,10	3,40	34,00	383,00	25,00	1,60
	520	Картофельное пюре	150	3,20	6,80	21,90	163,50	0,10	2,40	0,00	0,10	23,50	80,00	20,00	0,50
	591	Кисель из концентрата витаминизированный	200	0,20	0,00	33,80	132,00	0,00	6,00	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60
		Хлеб пшеничный	30	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	840	29,53	35,33	121,29	945,95	0,36	28,45	0,23	6,35	202,20	1015,00	116,00	4,82
полдник	682	Оладьи/ повидло 70/20	90	6,34	6,25	39,43	239,45	0,13	0,49	15,00	3,07	69,60	102,38	27,63	0,50
		Сок	200	1,00	0,00	20,20	92,00	0,10	6,00	0,00	0,40	36,00	26,00	22,00	0,60
		Итого:	290	7,34	6,25	59,63	331,45	0,23	6,49	15,00	3,47	105,60	128,38	49,63	1,10
		Итого за день:	1620	59,27	81,18	285,92	2076,40	0,89	37,54	15,50	14,22	490,60	1512,38	249,03	7,72

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

6 день															
завтрак	99	Колбаса порционными	80	10,85	21,50	6,15	223,80	0,29	0,00	0,00	0,40	26,30	178,80	28,80	1,90
	516	Макароны отварные	150	5,10	7,50	28,50	203,00	0,06	0,00	0,00	2,00	12,00	34,00	8,00	0,80
	432	Чай с молоком	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Хлеб пшеничный	80	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	510	19,05	29,40	74,25	606,80	0,40	2,20	0,20	2,80	84,70	382,80	55,20	2,90
обед	77	Икра морковная	60	1,20	3,06	5,10	52,20	0,00	4,20	0,00	1,00	26,00	60,00	9,00	0,42
	114	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	250	2,75	2,25	20,50	112,50	0,13	4,38	0,00	2,13	35,00	121,00	38,00	1,00
	244	Плов	150	16,70	13,40	36,00	329,00	0,10	0,70	0,00	0,00	37,40	113,40	36,00	2,60
	409	Компот из яблок витаминизированный	200	0,20	0,20	27,20	115,00	0,00	5,40	0,00	0,00	193,00	4,00	4,00	0,80
		Хлеб пшеничный	30	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	740	26,03	19,65	124,44	785,70	0,35	14,68	0,00	4,03	317,10	530,40	115,00	5,52
полдник	385	Яблоки печеные	100	0,36	0,35	35,68	142,67	0,03	4,60	0,00	0,19	16,53	10,13	8,27	2,03
	645	Кефир	200	1,60	2,10	6,40	94,00	0,10	1,40	0,00	0,00	345,00	190,00	28,00	0,20
		Итого:	300	1,96	2,45	42,08	236,67	0,13	6,00	0,00	0,19	361,53	200,13	36,27	2,23
		Итого за день:	1550	47,04	51,50	240,77	1629,17	0,88	22,88	0,20	7,02	763,33	1113,33	206,47	10,65

* с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

7

7 дней															
завтрак	265	Запеканка рисово-творожная	200	12,93	21,33	29,47	277,33	0,19	0,27	0,80	0,00	119,60	202,67	33,33	2,93
	431	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	1,00	2,00	0,00	0,00
		Сыр	15	5,22	7,47	13,35	141,30	0,04	0,10	53,10	0,42	125,28	86,40	8,51	0,44
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	475	21,35	37,50	82,51	673,63	0,27	2,57	54,17	0,92	292,28	461,07	60,24	3,57
обед	43	Салат из капусты свежей	60	1,40	5,10	8,90	88,00	0,03	12,00	0,40	0,30	45,00	50,00	12,00	0,70
	148	Суп-лапша на курином бульоне	250	3,50	8,00	17,25	150,00	0,13	0,88	0,00	2,13	26,25	126,25	14,00	0,40
	342	Рагу из птицы	150	12,30	14,00	9,60	197,00	0,10	3,50	0,10	0,70	27,00	259,00	5,00	0,80
	591	Кисель из концентрата витаминизированный	200	0,20	0,00	33,80	132,00	0,00	6,00	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60
		Хлеб пшеничный	60	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	770	22,58	27,84	105,19	744,00	0,38	22,38	0,50	4,23	141,95	677,25	63,00	3,20
полдник		Печенье	60	3,00	8,00	25,80	260,00	0,19	0,00	0,00	1,20	41,50	89,00	8,00	1,90
	645	Кефир	200	1,60	2,10	6,40	94,00	0,10	1,40	0,00	0,00	345,00	190,00	28,00	0,20
		Итого:	260	4,60	10,10	32,20	354,00	0,29	1,40	0,00	1,20	386,50	279,00	36,00	2,10
		Итого за день:	1505	48,53	75,44	219,90	1771,63	0,94	26,34	54,67	6,35	820,73	1417,32	159,24	8,87

с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

№ блюда															
завтрак	228	Каша молочная пшениая	200	8,00	11,20	34,00	248,00	0,09	1,73	0,00	1,47	201,33	226,67	102,67	1,10
	693	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
	3	Бутерброд с сыром	45	5,22	7,47	13,35	141,30	0,04	0,10	53,10	0,42	125,28	86,40	8,51	0,44
		Итого:	445	18,12	23,67	79,85	579,30	0,13	4,03	53,30	1,89	361,61	371,07	117,17	1,54
обед	56	Салат из свеклы/сельдь	60	1,30	7,40	8,50	106,00	0,00	8,90	0,00	1,00	45,00	60,00	26,00	1,70
	139	Суп гороховый	250	7,50	7,00	27,88	208,75	0,15	1,00	0,25	1,00	82,50	327,50	38,00	0,80
	279	Тефтели с соусом	100	15,10	9,80	4,30	166,00	1,10	9,70	0,10	1,70	55,00	2,50	10,80	1,20
	353(2)	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75	0,21	0,00	0,00	0,61	14,82	203,93	135,83	4,56
	412	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	0,20	0,20	27,20	110,00	0,00	5,40	0,00	0,00	193,00	4,00	4,00	0,80
		Хлеб пшеничный	60	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	870	37,88	31,23	142,16	1011,50	1,58	25,00	0,35	5,21	416,02	829,93	242,63	9,76
полдник		Вафли	60	1,92	1,68	48,66	205,26	0,02	0,00	0,00	0,00	6,00	19,80	1,20	0,36
		Сок	200	1,00	0,00	20,20	92,00	0,10	6,00	0,00	0,40	36,00	26,00	22,00	0,60
		Фрукты	150	2,10	0,00	9,50	100,80	0,20	40,00	0,00	0,50	38,00	26,00	22,00	2,70
		Итого:	410	5,02	1,68	78,36	398,06	0,32	46,00	0,00	0,90	80,00	71,80	45,20	3,66
		Итого за день:	1725	61,02	56,58	300,36	1988,86	2,03	75,03	53,65	8,00	857,63	1272,80	405,00	14,96

с: 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

№ день															
завтрак	311	Каша молочная из крупы Геркулес	200	7,92	12,49	35,84	288,57	0,59	0,92	52,19	0,17	142,49	223,79	50,59	1,24
	337	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00
	430	Чай с сахаром	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	290	16,10	17,49	75,72	531,57	0,67	3,12	152,39	0,81	210,89	470,59	73,79	2,44
обед	52	Салат из моркови	60	1,30	7,40	8,50	106,00	0,03	8,90	0,00	1,00	45,00	60,00	26,00	1,70
	110	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	2,75	6,63	20,25	151,25	0,05	10,75	0,13	0,75	75,00	250,00	24,00	1,00
	309	Рыба тушеная в томате с овощами	100	17,00	18,10	4,60	270,00	0,09	5,10	0,10	3,40	34,00	383,00	25,00	1,60
	520	Картофельное пюре	150	3,20	6,80	21,90	163,50	0,10	2,40	0,00	0,10	23,50	80,00	20,00	0,50
	409	Компот из яблок витаминизированный	200	0,20	0,20	27,20	115,00	0,00	5,40	0,00	0,00	193,00	4,00	4,00	0,80
		Хлеб пшеничный	60	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	870	29,63	39,87	118,09	982,75	0,39	32,55	0,23	6,15	396,20	1009,00	127,00	6,30
полдник		Йогурт порц. 1/90	90	4,50	2,88	7,65	72,63	0,04	0,54	0,03	0,00	132,30	86,40	13,50	0,08
	385	Яблоки печеные	100	0,36	0,35	35,68	142,67	0,03	4,60	0,00	0,19	16,53	10,13	8,27	2,03
		Сок	200	1,00	0,00	20,20	92,00	0,10	6,00	0,00	0,40	36,00	26,00	22,00	0,60
		Итого:	390	5,86	3,23	63,53	307,30	0,17	11,14	0,03	0,59	184,83	122,53	43,77	2,71
		Итого за день:	1550	51,59	60,59	257,34	1821,62	1,23	46,81	152,64	7,55	791,92	1602,12	244,56	11,45

с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей

10 день															
завтрак	160	Суп молочный с вермишелью	200	7,29	6,33	23,95	200,00	0,12	1,11	44,00	0,51	217,33	182,51	35,57	0,65
	431	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	0,00	2,20	0,20	0,00	35,00	58,00	6,00	0,00
		Масло сливочное	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00	0,00	0,07	0,10	1,00	2,00	0,00	0,00
		Хлеб пшеничный	50	2,80	0,40	24,40	120,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Итого:	460	10,49	15,03	63,65	455,00	0,17	3,31	44,27	1,01	264,73	354,51	53,97	0,85
обед	43	Салат из капусты свежей	60	1,40	5,10	8,90	88,00	0,03	12,00	0,40	0,30	45,00	50,00	12,00	0,70
	114	Суп картофельный с крупой	250	2,75	2,25	20,50	112,50	0,13	4,38	0,00	2,13	35,00	121,00	30,40	1,00
	460	Котлета мясная	80	9,90	16,70	17,00	183,00	0,15	0,40	0,00	3,00	123,00	125,00	16,00	0,60
	203	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,35	0,15	21,00	0,00	0,20	14,64	79,73	29,33	1,16
	591	Кисель из концентрата витаминизированный	200	0,20	0,00	33,80	132,00	0,00	6,00	0,00	0,20	18,00	10,00	4,00	0,60
		Хлеб пшеничный	30	1,68	0,24	14,64	72,00	0,05	0,00	0,00	0,40	11,40	112,00	12,40	0,20
		Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	21,00	105,00	0,07	0,00	0,00	0,50	14,30	120,00	15,60	0,50
		Итого:	820	22,29	29,11	138,85	834,85	0,58	43,78	0,40	6,73	261,34	617,73	119,73	4,76
полдник	366	Запеканка из творога	80	8,91	6,07	28,09	203,00	0,03	1,05	37,10	0,30	81,71	111,40	15,77	0,54
	645	Кефир	200	1,60	2,10	6,40	94,00	0,10	1,40	0,00	0,00	345,00	190,00	28,00	0,20
		Фрукты	150	2,10	0,00	9,50	100,80	0,20	40,00	0,00	0,50	38,00	26,00	22,00	2,70
		Итого:	430	12,61	8,17	43,99	397,80	0,33	42,45	37,10	0,80	464,71	327,40	65,77	3,44
		Итого за день:	1710	45,39	52,31	246,49	1687,65	1,08	89,53	81,77	8,53	990,78	1299,64	239,47	9,05
с 01 марта производится замена на салат из вареных овощей															
		Итого за 10 дней:	16475	522,39	596,00	2521,36	18198,88	11,45	576,15	647,49	80,22	7907,68	13558,31	2505,19	106,62
		Средний за 10 дней:	1648	52,24	59,60	252,14	1819,89	1,15	57,61	64,75	8,02	790,77	1355,83	250,52	10,66
		Норма СанПиН 2.4.5.2409-08 - 60%-70%:	940 - 1170	46,20 - 53,90	47,40 - 55,30	201,00 - 234,50	1410,00 - 1645,00	0,72 - 0,84	36,00 - 42,00	0,42 - 0,49	6,00 - 7,00	660,00 - 770,00	990,00 - 1155,00	150,00 - 175,00	7,20 - 8,40

Примечание: Каждому школьнику 3 раза в неделю выдается 200 мл молока по Программе Губернатора Воронежской области

11

Сводная продуктовая ведомость с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Ед.изм.	1день	2день	3день	4день	5день	6день	7день	8день	9день	10день	Итого всего	за 10 дней	СанПиН норма
Молоко и молочные продукты													133,6	180,0
Молоко пастеризованное	г		106,0	207,0	160,7	124,0	50,0	106,0	202,0	130,0	200,0	1 285,7	128,6	
Молоко сгущенное	г			20,0				30,0				50,0	5,0	
Кисломолочный напиток	г		200,0		200,0			200,0		90,0	200,0	890,0	89,0	90,0
Творог полужирный	г	71,4			75,7			118,4			71,4	336,9	33,7	30,0
Сметана	г		10,0	3,2		30,0		6,1	20,0			69,3	6,9	6,0
Сыр	г	18,9			16,0			18,9			16,0	69,8	7,0	5,8
Мясо			32,0	81,0		81,0	121,0		81,0	32,0		428,0	42,8	42,0
Мясо птицы	г	70,0			70,0			70,0			65,3	275,3	27,5	21,0
Рыба, в т.ч. Сельдь			70,4			118,0			20,3	118,0		326,7	32,7	34,8
Колбасные изделия							81,6					81,6	8,2	8,8
Яйца куриные	г	3,6	50,0		116,1	6,0	1,9	9,2		50,0	2,8	239,6	24,0	24,0
Картофель	г	99,8	40,0	67,5	92,0	193,0	99,8	92,0	67,5	194,0	299,3	1 244,8	124,5	129,0
Овощи, зелень													177,7	168,0
Горошек зеленый натуральный консервированный	г				12,0							12,0	1,2	
Лук репчатый	г	13,2	25,5	25,5	24,5	48,0	35,0	24,5	1,2	20,0	25,0	242,4	24,2	
Огурцы свежие	г	72,0			72,0				12,5			156,5	15,7	
Огурцы соленые	г											0,0	0,0	
Морковь	г	17,5	15,0	82,5	40,9	32,6	82,5	40,9	35,0	102,6	22,1	471,5	47,2	
Томат-паста консервы	г	5,0	2,0		2,7	12,8	8,3	2,7	5,0	6,6		45,1	4,5	
Свекла	г		73,0			100,0			73,0	40,0		286,0	28,6	
Капуста белокочанная	г		63,0		59,3	20,0		59,3	213,0	20,0	59,3	493,8	49,4	
Томат-порез консервы	г	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	70,0	7,0	
Фрукты, ягоды (свежие)													124,2	111,0
Фрукты свежие	г		150,0	200,0	150,0		150,0	150,0	100,0	160,0	150,0	1 210,0	121,0	
Лимон	г		6,0					6,0				12,0	1,2	
Повидло	г					20,0						20,0	2,0	
Фрукты сухие													7,0	9,0
Сухофрукты(компотная смесь)	г	20,0			20,0				20,0			60,0	6,0	
Изюм	г							8,2				8,2	1,0	
Чай (включая фиточай)	г	0,5	0,5		0,5		0,5	0,5		0,5	0,5	3,5	0,4	0,3
Какао-порошок	г					4,0			4,0			8,0	0,8	0,7
Кофейный напиток	г			8,0								8,0	0,8	
Плодовоовощные напитки, витаминизированные, в т.ч. instantные	г	200,0	200,0		200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	200,0	1 800,0	180,0	120,0
Хлеб ржано-пшеничный	г	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	500,0	50,0	48,0
Хлеб пшеничный													106,2	90,0
Хлеб пшеничный формовой, батон замороженный	г	100,0	140,4	114,0	100,0	114,0	100,0	100,0	80,0	100,0	80,0	1 028,4	102,8	
Сухари панировочные	г			11,2		8,0		6,3			8,0	33,5	3,4	
Макаронные изделия высшего сорта	г	54,0			25,0		49,9	25,0			16,0	169,9	17,0	9,0



Прошито и пронумеровано

_____ листов

Директор Воронежского филиала

ООО «ГК Фьюжен Менеджмент»

Никонорова Е