

Меню обедов для обучающихся 1-4 классов (сезон лето-осень)							
Накопительная сырьевая ведомость							
№ рец.	Наименование блюд / сырья	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшени ч	Мука пшенич н	Крупы , бобов	Макарон ные изделия
День 1 (понедельник)							
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250					
260	Гуляш	80			4		
	Каша вязкая (перловая)	150				33	
392	Чай с молоком	200					
	Хлеб пшеничный	60		60			
	Хлеб ржаной йодированный	20	20				
	Фрукты свежие (яблоки)	120					
	Сок натуральный (грушевый)	150					
	Итого сырья на одного человека	1030	20	60	4	33	0
День 2 (вторник)							
	Овощи свежие (огурцы)	60					
98	Суп крестьянский с крупой	250				10	
227	Рыба припущенная	70					
312	Картофельное пюре	150					
349	Компот из сухофруктов	200					
	Хлеб пшеничный	40		40			
	Хлеб ржаной йодированный	40	40				
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200					
	Итого сырья на одного человека	1010	40	40	0	10	0
Комплекс 3							
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250					
105	фрикадельки мясные	20					
223	Запеканка из творога	185		7,6		11,4	
	Соус сметанный сладкий	35			2,63		
	Компот из ягод	200					
	Хлеб пшеничный	40		40			
	Хлеб ржаной йодированный	40	40				
	Кисломолочный продукт (ряженка 2,7 %-ной жирности)	180					
	Итого сырья на одного человека	950	40	47,6	2,63	11,4	0
День 4 (четверг)							
96	Рассольник по-ленинградски	250				7	
	Птица запеченная	85					
143	Рагу из овощей	130					
397	Компот из фруктов	200					
	Хлеб пшеничный	40		40			
	Хлеб ржаной йодированный	20	20				
	Фрукты свежие (груши)	100					
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200					
	Итого сырья на одного человека	1025	20	40	0	7	0
День 5 (пятница)							
84	Борщ с картофелем и фасолью	250				10	
229	Рыба тушеная в томате с овощами	200			2,3		
392	Чай с молоком	200					
	Хлеб пшеничный	40		40			
	Хлеб ржаной йодированный	40	40				
	Пирог фруктовый "Кубанский"	80			39,5		
	Сок натуральный (виноградный)	150					
	Итого сырья на одного человека	960	40	40	41,8	10	0
День 6 (понедельник)							
Л135	Суп из овощей	250					
211	Омлет с сыром	140					
	Зеленый горошек консервированный	60					
	Сок натуральный (яблочный)	200					
	Хлеб пшеничный	40		40			

	Хлеб ржаной йодированный	20	20						
	Фрукты свежие (бананы)	120							
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,7 %-ной жирности)	180							
	Итого сырья на одного человека	1010	20	40	0	0	0	0	
	День 7 (вторник)								
81	Борщ	250							
256/330	Мясо тушеное в соусе	80			2,25				
	Каша рассыпчатая (рисовая)	125					48		
	Напиток из сухофруктов	200							
	Хлеб пшеничный	60		60					
	Хлеб ржаной йодированный	20	20						
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200							
	Итого сырья на одного человека	935	20	60	2,25	48	0	0	
	День 8 (среда)								
	Овощи натуральные	60							
Л 147	Суп с макаронными изделиями	250							20
234	Котлеты или биточки рыбные	80		21					
125	Картофель отварной	140							
397	Компот из фруктов	200							
	Хлеб пшеничный	60		60					
	Хлеб ржаной йодированный	40	40						
	Фрукты свежие (яблоки)	160							
	Итого сырья на одного человека	990	40	81	0	0	0	20	
	День 9 (четверг)								
Л 145	Суп летний овощной	250							
267	Шницель натуральный рубленый	75		12					
	Каша вязкая (пшеничная)	150					37,5		
	Сок натуральный (яблочно-персиковый)	200							
	Хлеб пшеничный	40		40					
	Хлеб ржаной йодированный	20	20						
	Кисломолочный продукт (кефир 2,7 %-ной жирности)	180							
	Итого сырья на одного человека	915	20	52	0	37,5	0	0	
	День 10 (пятница)								
82	Борщ с капустой и картофелем	250							
250	Сосиска запеченная с сыром	70							
205	Макаронные изделия отварные с овощами	125							35
392	Чай с сахаром	200							
	Хлеб пшеничный	60		60					
	Хлеб ржаной йодированный	20	20						
	Кондитерское изделие (вафли молочные)	35							
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200							
	Итого сырья на одного человека	960	20	60	0	0	0	35	
№ рец.	Выполнение норм сырья по СанПиН	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы, бобов	Макаронные изделия		
	ИТОГО (фактически выдано в качестве обедов продуктов в нетто на одного человека, г)		280	520,6	50,68	156,9	55		
	ИТОГО (норм. за 10 дней на одного человека по СанПиН)		280	525	52,5	157,5	52,5		
	Отклонение (+/- 5 %)		0,00	-0,84	-3,47	-0,38	4,76		
	Наименование продуктов	Итого за сутки, нетто 7-11 лет			на 1 день		Завтрак Обед 35 %		по СанПи Завтрак 2:

Хлеб ржаной	80	20	28	200
Хлеб пшеничный	150	37,5	52,5	375
Мука пшеничная	15	3,75	5,25	37,5
Крупы, бобовые	45	11,25	15,75	112,5
Макаронные изделия	15	3,75	5,25	37,5
Картофель	188	47	65,8	470
Овощи свежие, зелень	280	70	98	700
Фрукты (плоды) свежие	185	46,25	64,75	462,5
Сухофрукты, в т.ч. шиповник	15	3,75	5,25	37,5
Соки плодовоовощные, напитки	200	50	70	500
Мясо жилованное 1-й категории	70	17,5	24,5	175
Субпродукты (печень, язык, сердце) Колбасные	15	3,75	5,25	37,5
Птицята 1 категории потрошенные (куры 1 кат.)	35	8,75	12,25	87,5
Рыба-филе	58	14,5	20,3	145
Молоко (2,5 %, 3,5 %)	300	75	105	750
Кисломолочная пищевая продукция	150	37,5	52,5	375
Творог (м.л. жира не более 9 %)	50	12,5	17,5	125
Сыр	9,8	2,45	3,43	24,5
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10	2,5	3,5	25
Масло сливочное	30	7,5	10,5	75
Масло растительное	15	3,75	5,25	37,5
Яйцо, 1 шт.	40	10	14	100
Сахар <***>	40	10	14	100
Кондитерские изделия	10	2,5	3,5	25
Чай	0,4	0,1	0,14	1
Какао-порошок	1,2	0,3	0,42	3
Кофейный напиток	2	0,5	0,7	5
Ложки хлебопекарные	1	0,25	0,35	2,5
Соль пищевая поваренная йодированная	3	0,75	1,05	7,5
Специи	2	0,5	0,7	5





















