

«Утверждаю»

ИП Пиклов С.В.

/С.В.Пиклов /

14.05.2024г.



«Согласовано»

МАОУ «СОШ №101»к2

14.05.2024г.



*Ильмина Е.А.*

/

**ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ  
ИП Пиклов С.В.  
НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД ГОДА  
(г.Пермь)**

Сборнике технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, 2013 год, единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений, 2018 год, 2021 год. Сборник технологических карт, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьного питания, издание шестое, переизданное. Уфа 2023г.

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

\_\_\_\_\_ //

День 1

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Ма	Р	Mg
<b>ЗАВТРАК</b>														
№234/2018	.КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ06	230	9,66	11,89	45,24	326,82	0,07	0,28	1,62	34,0	231,22	174,12	27,14	0,24
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
№111/2013	.БАТОН НАРЕЗНОЙ 0	60	4,50	1,74	30,84	157,02	0,85	0,02			11,40	39,00	7,80	0,72

Итого по подменю: 14,26 20,88 86,20 589,97 0,92 0,31 1,62 74,0 245,33 216,12 34,94 1,01

**ОБЕД**

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	200	1,62	5,67	7,22	86,35	0,02	0,02	19,86	8,2	34,05	22,64	9,66	0,39
№410/2013	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	90	17,61	6,22	5,48	148,33	0,08	0,13	1,41	48,9	36,97	127,62	16,49	1,00
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ03	160	7,49	7,83	41,61	266,85	0,11	0,03		32,4	24,98	58,00	10,47	1,09
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	50	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.0	50	2,94	0,60	26,88	124,68	0,05	0,02			10,80	55,20	12,00	1,74

Итого по подменю: 35,14 20,88 125,17 829,09 0,35 0,25 27,67 89,6 155,10 343,06 71,42 6,47

Итого за день: 0,00 руб. 49,40 41,76 211,37 1419,06 1,27 0,56 29,29 163,6 400,43 559,18 106,36 7,48

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени**

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	18,52	26,43	25,73	25,11
Обед (30 - 35 %)	45,64	26,43	37,36	35,28
Итого за день (50 - 60 %)	64,16	52,86	63,10	60,39

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:4,3**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.



День 2

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

**ЗАВТРАК**

№227/2018	.КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	230	9,60	9,54	46,10	308,64	0,13	0,26	1,38	29,0	204,75	186,19	31,11	0,64
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№111/2013	.БАТОН НАРЕЗНОЙ01	45	3,53	1,37	24,16	123,00	0,66	0,02			8,93	30,55	6,11	0,56

Итого по подменю: 17,31 21,95 80,56 588,89 0,80 0,35 29,49 100,5 366,19 308,28 45,56 1,40

**ОБЕД**

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,56	5,13	11,11	96,89	0,05	0,05	16,43	7,5	39,66	44,12	20,30	0,95
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"01	90	17,26	12,05	10,12	217,91	0,05	0,08	0,79	12,9	28,53	82,88	11,35	1,65
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ04	150	10,42	6,70	46,59	288,40	0,31	0,15		24,0	17,11	214,97	142,96	4,81
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 5	35	2,66	0,28	12,08	61,46	0,04	0,01			7,00	22,75	4,90	0,39
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 35,07 24,64 115,80 825,26 0,54 0,36 33,02 44,4 138,40 437,12 218,51 9,88



Итого за день: 0,00 руб. 52,38 46,59 196,36 1414,15 1,34 0,71 62,51 144,9 504,59 745,40 264,07 11,28

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени**

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	22,48	27,78	24,05	25,06
Обед (30 - 35 %)	45,55	31,19	34,57	35,12
Итого за день (50 - 60 %)	68,03	58,97	58,61	60,18

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,7**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

День 3



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
№264/2013	.КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,65	6,61	33,68	224,77	0,16	0,20	0,90	20,0	144,45	201,13	39,07	1,89
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
№517/2013	.ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	95	3,80	1,43	9,31	65,27	0,03	0,14	0,57	9,5	117,80	90,25	14,25	0,10
№542/2021	.БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ1	60	3,94	9,48	34,66	239,74	0,07	0,02			8,84	37,16	6,68	0,53
Итого по подменю:			15,39	17,53	92,69	590,03	0,26	0,36	1,65	32,4	271,55	328,54	60,01	2,65

<b>ОБЕД</b>														
№5/2018	.САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И ОГУРЦОВ01	60	0,73	3,65	1,70	42,54	0,02	0,02	15,84		20,44	19,34	8,12	0,33
№116/2018	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ01	220	3,04	3,22	20,77	124,11	0,12	0,07	16,83		21,11	65,90	24,79	1,05
№87/2023	.ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	1,80	6,71	10,07	107,83	0,04	0,02	3,72	9,6	9,77	23,02	6,80	0,41
№377/2021	.ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ02	170	5,15	9,62	33,14	239,76	0,25	0,20	39,20	43,8	70,89	150,94	50,32	1,83
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ9	60	5,10	0,53	23,12	117,66	0,08	0,02			13,40	43,55	9,38	0,74
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ,	65	3,43	0,70	31,36	145,46	0,06	0,02			12,60	64,40	14,00	2,03
Итого по подменю:			19,33	24,51	132,10	826,16	0,58	0,35	77,59	53,4	151,71	369,35	115,21	6,86

Итого за день: 0,00 руб. 34,72 42,04 224,79 1416,19 0,84 0,71 79,24 85,8 423,26 697,89 175,22 9,51

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени**

СанПин Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	19,99	22,19	27,67	25,11
Обед (30 - 35 %)	25,10	31,03	39,43	35,16
Итого за день (50 - 60 %)	45,09	53,22	67,10	60,26

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:6,5**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.



День 4

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

**ЗАВТРАК**

№275/2018	.ОМЛЕТ С СЫРОМ08	170	19,73	22,77	2,97	295,74	0,09	0,54	0,66	278,1	401,72	374,72	32,12	2,29
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№565/2013	.БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	85	4,12	8,04	33,80	224,02	0,07	0,03		41,6	11,51	40,90	6,85	0,56
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 26,13 31,05 57,10 612,36 0,19 0,58 0,66 319,7 419,54 435,12 43,17 3,21

**ОБЕД**

№2/2021	.САЛАТ ВИТАМИННЫЙ1	60	0,77	3,09	3,30	44,09	0,01	0,01	14,76		16,97	10,86	5,97	0,46
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ06	200	4,60	3,45	17,39	119,02	0,20	0,07	14,20	16,0	38,32	94,68	34,74	1,74
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ09	240	35,13	15,20	36,24	422,21	0,17	0,22	4,53	47,0	76,92	308,68	64,98	2,75
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ0	40	3,80	0,40	17,25	87,80	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16

Итого по подменю: 46,94 22,82 111,74 840,04 0,49 0,39 53,49 226,4 161,71 483,52 124,09 7,29



Итого за день: 0,00 руб. 73,07 53,87 168,84 1452,40 0,68 0,97 54,15 546,1 581,25 918,64 167,26 10,50

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	33,94	39,30	17,04	26,06
Обед (30 - 35 %)	60,96	28,89	33,36	35,75
Итого за день (50 - 60 %)	94,90	68,19	50,40	61,80

Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,7:2,3

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

День 5



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
№226/2018	.КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ09	225	7,91	9,71	32,11	247,49	0,14	0,24	1,29	28,4	189,05	204,32	44,39	0,81
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ1	10	0,18	13,05	0,25	119,18		0,02		72,0	4,32	5,40		0,04
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№111/2013	.БАТОН НАРЕЗНОЙ0	50	3,75	1,45	25,70	130,85	0,71	0,02			9,50	32,50	6,50	0,60

Итого по подменю: 15,92 28,00 68,22 588,56 0,86 0,34 29,40 131,9 352,98 330,76 59,23 1,63

**ОБЕД**

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)6	60	0,48	0,06	1,50	8,46	0,02	0,02	6,00		13,80	25,20	8,40	0,36
№134/2021	.СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ02	200	3,07	4,78	12,04	103,42	0,03	0,07	11,69	20,0	68,14	50,61	11,14	0,31
№390/2013	.ТЕФТЕЛИ "ЁЖИКИ" В СОУСЕ	90	8,38	15,02	9,19	205,46	0,05	0,08	2,61	40,0	13,20	98,18	15,19	1,35
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ03	170	7,48	7,87	41,62	267,14	0,10	0,03		32,6	24,88	57,99	10,47	1,09
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,32	13,80	70,24	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16

Итого по подменю: 24,85 28,47 117,85 826,90 0,28 0,23 20,70 92,6 157,72 310,18 64,80 5,94

Итого за день: 0,00 руб. 40,77 56,47 186,07 1415,46 1,14 0,57 50,10 224,5 510,70 640,94 124,03 7,57

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени**

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	20,68	35,44	20,36	25,05
Обед (30 - 35 %)	32,27	36,04	35,18	35,19
Итого за день (50 - 60 %)	52,95	71,48	55,54	60,23

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,4:4,6**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"



ИП Пиклов С.В.

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

День 6

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>														
№227/2018	.КАША МАННАЯ С МАСЛОМ20	230	8,91	8,87	42,89	287,06	0,12	0,24	1,28	27,0	189,76	172,80	28,87	0,59
41/1980	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ01	12	0,13	9,42	0,18	86,07		0,02		52,0	3,12	3,90		0,03
№111/2013	.БАТОН НАРЕЗНОЙ 0	60	4,50	1,74	30,84	157,02	0,85	0,02			11,40	39,00	7,80	0,72
№461/2018	.ЧАЙ КАРКАДЕ	200		0,01	15,04	60,25			0,18	2,9	0,46		0,01	0,13
Итого по подменю:			13,54	20,04	88,95	590,40	0,97	0,28	1,46	81,9	204,74	215,70	36,68	1,47

<b>ОБЕД</b>														
№4/2013	.САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ60	60	0,99	6,05	5,27	79,49	0,02	0,02	22,98		26,64	19,19	10,39	0,36
№100/2021	.РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ04	200	2,06	5,79	14,34	117,72	0,09	0,06	14,60	8,2	20,84	62,43	21,96	0,81
№410/2013	.ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	90	17,94	6,74	4,69	151,18	0,08	0,14	1,25	67,7	18,30	124,40	14,66	1,16
№385/2021	.РИС ОТВАРНОЙ03	180	4,82	7,41	35,05	226,19		0,01		32,4	16,30	5,36	0,86	0,13
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ0	40	1,96	0,40	17,92	83,12	0,04	0,01			7,20	36,80	8,00	1,16
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ11	45	3,42	0,36	15,52	79,02	0,05	0,01			9,00	29,25	6,30	0,50
Итого по подменю:			32,23	26,81	112,97	822,14	0,30	0,29	39,63	108,3	130,58	306,63	83,17	4,79



Итого за день: 0,00 руб. 45,77 46,85 201,92 1412,54 1,27 0,57 41,09 190,3 335,32 522,33 119,85 6,26

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	17,58	25,37	26,55	25,12
Обед (30 - 35 %)	41,86	33,94	33,72	34,98
Итого за день (50 - 60 %)	59,44	59,30	60,27	60,11

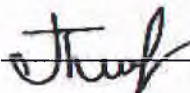
Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:4,4

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.



/Е.В. Пиклова/

Калькулятор



/Т.К.Тудвасева/



"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 7

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

**ЗАВТРАК**

№234/2018	.КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ09	200	6,39	7,88	29,93	216,28	0,05	0,19	1,07	22,5	153,02	115,23	17,96	0,16
№555/2013г	.КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ02	70	4,59	9,09	47,99	292,14	0,08	0,03		44,8	12,46	42,14	7,24	0,62
№112/2013	.ФРУКТ СВЕЖИЙ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03

Итого по подменю: 11,38 17,37 97,70 592,74 0,16 0,24 11,07 67,3 181,79 168,37 34,20 3,01

**ОБЕД**

№106/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПОМИДОР)60	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
№116/2018	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ01	220	3,04	3,22	20,77	124,11	0,12	0,07	16,83		21,11	65,90	24,79	1,05
№376/2018	.РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 02	240	40,46	13,55	27,46	393,54	0,33	0,34	35,00	57,4	53,47	342,12	75,30	3,59
№496/2018	.НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	20,00	163,4	12,30		3,40	0,63
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.0	50	4,56	0,48	20,70	105,36	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45

Итого по подменю: 51,85 18,15 113,25 823,55 0,62 0,53 86,83 220,8 116,28 508,62 133,89 7,92

Итого за день: 0,00 руб. 63,23 35,52 210,95 1416,29 0,78 0,77 97,90 288,1 298,07 676,99 168,09 10,93

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени**

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	14,78	21,99	29,16	25,22
Обед (30 - 35 %)	67,34	22,97	33,81	35,04
Итого за день (50 - 60 %)	82,12	44,96	62,97	60,27

**Реальное соотношение В:Ж:У = 1:0,6:3,3**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 8

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
№264/2013	.КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ01	230	9,56	8,26	42,10	280,96	0,20	0,25	1,13	25,0	180,57	251,41	48,83	2,37
№105/2013	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.	10	0,10	7,25	0,14	66,21		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
100/2013	.СЫР ПОРЦИОННО.	15	4,02	3,78		50,10	0,01	0,06	0,11	31,5	147,00	87,00	7,50	0,11
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
№111/2013	.БАТОН НАРЕЗНОЙ 0	50	4,50	1,74	30,84	157,02	0,85	0,02			11,40	39,00	7,80	0,72

Итого по подменю: 18,24 21,04 83,24 595,23 1,06 0,34 29,24 96,5 344,48 381,95 64,97 3,29

**ОБЕД**

№26/2021	.САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ01	60	0,86	3,65	5,07	56,62					0,74	0,22	0,04	0,01
104/2018	.ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ01	200	1,62	5,67	7,22	86,35	0,02	0,02	19,86	8,2	34,05	22,64	9,66	0,39
№347/2018	.КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"01	90	17,58	15,70	11,43	257,34	0,06	0,08	0,79	32,9	30,45	86,72	11,85	1,70
№256/2018	.МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ06	150	6,24	6,56	34,67	222,71	0,09	0,03		27,2	20,89	48,36	8,73	0,91
№495/2018	.КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,47	0,30	13,44	62,34	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 30,49 32,14 103,96 827,10 0,23 0,16 21,05 68,4 120,03 220,44 46,48 5,44



Итого за день: 0,00 руб. 48,73 53,18 187,20 1422,33 1,29 0,50 50,29 164,9 464,51 602,39 111,45 8,73

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени**

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	23,69	26,63	24,85	25,33
Обед (30 - 35 %)	39,60	40,68	31,03	35,20
Итого за день (50 - 60 %)	63,29	67,32	55,88	60,52

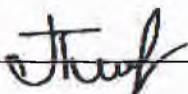
**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,1:3,8**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.



/Е.В. Пиклова/

Калькулятор



/Т.К.Тудеасева/

"Согласовано"



ИП Пиклов С.В.

День 9

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
№284/2018	.ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	160	27,92	6,80	26,81	280,11	0,07	0,34	0,24	51,8	153,71	260,28	39,95	0,90
№481/2013	.МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,10	2,55	1,50	37,35	0,02	0,05	0,30		95,10	68,70	10,20	0,06
№457/2018	.ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31			0,03
№542/2021	.БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ04	80	3,29	7,90	28,89	199,79	0,06	0,02			7,37	30,97	5,57	0,44
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33

Итого по подменю: 35,59 17,49 77,53 609,85 0,18 0,42 0,54 51,8 262,49 379,45 59,92 1,76

**ОБЕД**

№107/2013	.ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)1	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
№95/2018	.БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,56	5,13	11,11	96,89	0,05	0,05	16,43	7,5	39,66	44,12	20,30	0,95
№110/2023	.ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ	90	8,39	17,23	8,90	224,16	0,03	0,02	3,20	7,9	10,60	33,30	8,43	1,45
№202/2018	.КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ04	150	10,42	6,70	46,59	288,40	0,31	0,15		24,0	17,11	214,97	142,96	4,81
№494/2018	.КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,04	0,06	20,18	85,42	0,02	0,04	0,80		32,30	29,20	21,00	0,67
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	10,35	52,68	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ7	35	1,72	0,35	15,68	72,73	0,03	0,01			6,30	32,20	7,00	1,02

Итого по подменю: 25,89 29,77 113,83 826,82 0,48 0,29 23,43 39,4 125,77 387,69 212,29 9,59

Итого за день: 0,00 руб. 61,48 47,26 191,36 1436,67 0,66 0,71 23,97 91,2 388,26 767,14 272,21 11,35

**Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени**

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	46,22	22,14	23,14	25,95
Обед (30 - 35 %)	33,62	37,68	33,98	35,18
Итого за день (50 - 60 %)	79,84	59,82	57,12	61,13

**Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,1**

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.

/Е.В. Пиклова/

Калькулятор

/Т.К.Тудвасева/

"Согласовано"

ИП Пиклов С.В.

День 10

ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>														
№226/2018	.КАША"ДРУЖБА" С МАСЛОМ09	230	7,91	9,71	32,11	247,49	0,14	0,24	1,29	28,4	189,05	204,32	44,39	0,81
41/1980	.МАСЛО СЛИВОЧНОЕ.0	13	0,20	14,50	0,28	132,42		0,02		80,0	4,80	6,00		0,04
№111/2013	.БАТОН НАРЕЗНОЙ 1	60	4,88	1,89	33,41	170,11	0,92	0,02			12,35	42,25	8,45	0,78
№459/2018	.ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,16	40,94			28,00		3,11	1,54	0,84	0,07
Итого по подменю:			13,05	26,11	75,96	590,96	1,06	0,28	29,29	108,4	209,31	254,11	53,68	1,70

**ОБЕД**

№25/2013	.САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ60	60	0,66	3,67	2,18	44,38	0,02	0,02	10,83		14,29	19,20	11,45	0,38
№144/2013	.СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ06	200	4,61	3,45	17,39	119,05	0,20	0,07	14,20	16,0	38,32	94,68	34,74	1,74
№375/2018	.ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ОТВАРНОЙ09	240	35,13	15,20	36,24	422,21	0,17	0,22	4,53	47,0	76,92	308,68	64,98	2,75
№486/2018	.КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
№573/2021	.ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ0	50	3,80	0,40	17,25	87,80	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
№574/2021	.ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	2,45	0,50	22,40	103,90	0,05	0,02			9,00	46,00	10,00	1,45
Итого по подменю:			46,73	23,30	107,40	826,14	0,51	0,35	31,56	63,0	152,03	503,26	129,97	7,34



Итого за день: 0,00 руб. 59,78 49,41 183,36 1417,10 1,57 0,63 60,85 171,4 361,34 757,37 183,65 9,04

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

СанПиН Таблица 4	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 - 25 %)	16,95	33,05	22,67	25,15
Обед (30 - 35 %)	60,69	29,49	32,06	35,15
Итого за день (50 - 60 %)	77,64	62,54	54,73	60,30

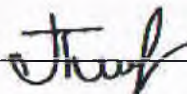
Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,1

Директор



/С.В. Пиклов/

Зав. произ.



/Е.В. Пиклова/

Калькулятор



/Т.К.Тудвасева/




**ИП Пиклов С.В.**  
**Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней**  
**Подразделение: ОСНОВНОЕ МЕНЮ ЛДП 7-11 ЛЕТ**

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека											В среднем за период	Норма в день, г(мл)	Отклонение от нормы, %
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
. ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ			0,50	0,70			0,35		0,60			0,12	0,12	5,0
. КАРТОФЕЛЬ	25,70	15,60	203,70	50,00	21,00	63,90	165,70	26,80	15,60	50,00		98,60	102,85	-4,2
. КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (ЖИРН. 2.5%,3.2%)			95,00									23,65	25,00	-5,4
. КРУПЫ, БОБОВЫЕ	45,20	65,20	40,00	65,30	40,90	75,60	21,70	50,00	85,70	85,30		31,55	30,00	5,2
. МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	54,40		8,80		57,80		8,80	51,00				10,54	10,00	5,4
. МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,40	7,60	17,50	16,20		10,50	16,50	11,80	12,40	14,80		9,20	9,00	2,2
0. МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	25,50	23,25	18,40	18,40	35,60	26,50	2,00	23,10	24,10	23,50		18,50	18,00	2,8
1. МОЛОКО (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2.5%, 3.2%)	156,50	145,60	115,60	50,00	156,50	140,20	30,00	130,50	106,00	125,60		175,80	180,00	-2,4
2. МУКА ПШЕНИЧНАЯ			32,40	39,40	10,80		32,50		34,50			9,45	9,00	5,0
3. МЯСО ЖИЛОВАННОЕ (МЯСО НА КОСТИ) 1 кат.		36,00			37,70			36,00	37,80			36,50	38,50	-5,2
4. ОВОЩИ СВЕЖИЕ, ЗЕЛЕНЬ	113,50	125,10	88,90	92,80	137,30	77,80	131,50	113,00	145,50	106,60		165,00	168,00	-1,8
5. РЫБА-ФИЛЕ			39,60									14,20	15,00	-5,3
6. САХАР	22,30	24,60	27,50	22,00	27,64	28,60	24,60	26,30	30,20	27,10		18,75	18,00	4,2
7. СМЕТАНА (МАССОВ. ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 15%)	5,50	5,00				5,40	5,00	5,80	5,00			5,23	5,50	-4,9
9. СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,10	2,20	3,20	2,40	2,10	3,50	3,20	3,40	2,80	2,50		1,89	1,80	4,9
1. СЫР		15,00		29,60	15,00			15,00				6,20	6,00	3,3
2. ТВОРОГ (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 9%)									113,20			23,65	25,00	-5,4
3. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СВЕЖИЕ		7,00	20,00	12,60	7,00		100,00	27,00		27,00		87,00	92,00	-5,4
4. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СУХИЕ, В т.ч. ШИПОВНИК	20,00	20,00		20,00	20,00	20,00	20,00		20,00			10,45	10,00	4,5
5. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	126,20	94,40	69,20	85,00	90,00	118,20	50,00	104,40	60,00	110,00		90,74	90,00	0,8
6. ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	50,00	30,00	65,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	35,00	45,00		47,22	48,00	-1,7
7. ЦЫПЛЯТА 1 кат. ПОТРОШЕННЫЕ (КУРЫ 1 кат.)	62,40	32,40		100,80		62,40	104,50	32,40		100,80		30,50	29,00	5,2
8. ЧАЙ	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00		1,00	1,00	0,2
9. ЯЙЦО	7,20		0,50	97,10		7,20	6,70		10,40			23,00	24,00	-4,0

**Итого в среднем на одного человека:**

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
		51,50	47,90	194,00	1413,10	
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	667,50	665,20	663,50	164,50	662,30	8,00
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг	С, мг	
	418,50	0,81	0,86	14,11	39,00	

Подпись руководителя организации и дата ознакомления:  С.В.Пиклов "14" мая 2024г.

Подпись ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления:  ШегOLEV С.И. "14" мая 2024г.