



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Преображенской СОШ»
О.В.Высотина
«31» августа 2022 г.
Приказ № 209/Б от 31.08.2022 г.

Двенадцатидневное цикличное меню

для организации питания

в возрасте с 11 лет и старше для детей с сахарным диабетом

на базе пищеблока МБОУ «Преображенская СОШ»

Дети 12 лет и старше (сахарный диабет)

День 9

| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|-------|--------------------|-----------|----------------------|---|---|-------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|---------------------------------------|-----|-------|-------|--------|--------|
| 9 | Каша вязкая молочная жидкая (пшенная) | 250 | 10.41 | 10.41 | 51 | 311.25 |
| ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| 36 | Какао с молоком | 200 | 3.76 | 3.20 | 26.74 | 150.80 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| | Итого | 630 | 17.89 | 14.66 | 122.68 | 665.00 |

Обед

| | | | | | | |
|-------|---|-----|-------|-------|--------|--------|
| 1 | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 100 | 3.10 | 0.20 | 6.50 | 40.00 |
| 28 | Рассольник ленинградский с мясом (птицы или говядины) и со сметаной | 265 | 5.69 | 8.48 | 20.03 | 190.00 |
| 11 | Макаронные изделия отварные | 200 | 7.54 | 9.00 | 38.72 | 193.20 |
| 53 | Курица в соусе с томатом | 120 | 13.60 | 13.50 | 4.10 | 192.00 |
| 35/85 | Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги) | 200 | 0.70 | 0.30 | 22.80 | 97.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 925 | 32.59 | 31.88 | 110.07 | 792.20 |

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

| | | Б | Ж | У | Эн/ц |
|--|--|-------|-------|--------|---------|
| | Итого за день | 50.48 | 46.54 | 232.75 | 1457.20 |
| | Суточная потребность | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | 93.48 | 84.31 | 101.28 | 89.29 |

Дети 12 лет и старше

День 5

| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|-------|--------------------|-----------|----------------------|---|---|-------------|
| | | | Б | Ж | У | |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|--|-----------|----------------------|----------|----------|-------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 23 | Котлеты или биточки рыбные с маслом сливочным | 125 | 17.27 | 9.62 | 11.14 | 196.33 |
| 41 | Рис отварной | 180 | 4.53 | 7.34 | 49.68 | 282.78 |
| 52 | Напиток лимонный | 200 | 0.10 | 0.00 | 24.20 | 93.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| | Итого | 535 | 23.37 | 17.26 | 98.46 | 632.11 |
| Обед | | | | | | |
| 4 | Овощи натуральные свежие (или соленые) | 100 | 0.80 | 0.10 | 1.70 | 13.00 |
| 33 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины) | 265 | 5.34 | 8.42 | 7.90 | 135.00 |
| 6 | Птица отварная или тушеная | 100 | 21.10 | 13.60 | 0.00 | 211.00 |
| 11 | Макаронные изделия отварные | 200 | 7.54 | 9.00 | 38.72 | 193.20 |
| 25 | Сок | 200 | 0.60 | 0.00 | 33.00 | 136.00 |
| гп | фрукт | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 80 | 6.40 | 0.12 | 32.08 | 166.40 |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 1135 | 45.99 | 32.39 | 162.82 | 1078.60 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 69.36 | 49.65 | 261.28 | 1710.71 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 128.44 | 89.95 | 113.70 | 104.82 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 3 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 27 | Икра кабачковая (промышленного производства) | 100 | 1.90 | 8.90 | 7.70 | 119.00 |
| 29 | Гуляш | 100 | 12.86 | 12.76 | 2.92 | 179.00 |

| гп | хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
|---|--|-----------|----------------------|----------|----------|-------------|
| 24 | Каша рассыпчатая | 180 | 10.01 | 10.37 | 45.13 | 310.80 |
| 48 | чай без сахара | 200 | 0.00 | 0.00 | 15.04 | 62.00 |
| | Итого | 610 | 26.24 | 32.03 | 84.23 | 730.80 |
| Обед | | | | | | |
| 31 | Запеканка из творога | 200 | 32.22 | 22.57 | 31.02 | 420.00 |
| 5 | Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины) | 260 | 8.45 | 7.18 | 21.24 | 177.00 |
| ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| 52 | Напиток лимонный | 200 | 0.10 | 0.00 | 24.20 | 93.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 850 | 44.98 | 30.09 | 125.88 | 914.00 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 71.22 | 62.12 | 210.11 | 1644.80 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 131.89 | 112.54 | 91.43 | 100.78 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 4 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 9 | каша молочная(кукурузная) | 250 | 10.41 | 10.41 | 51 | 311.25 |
| 18 | яйцо вареное | 50 | 6.3 | 5.3 | 0.6 | 78 |
| гп | фрукт | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| 30 | Чай с лимоном | 200 | 0.06 | 0.01 | 15.25 | 64.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 50 | 2.45 | 0.50 | 22.40 | 100.00 |
| | Итого | 650 | 21.47 | 16.97 | 120.75 | 697.00 |

| Обед | | | | | | |
|---|---|-----------|----------------------|----------|----------|-------------|
| 1 | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 100 | 3.10 | 0.20 | 6.50 | 40.00 |
| 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины) | 265 | 5.37 | 8.30 | 9.79 | 148.00 |
| 7 | Пюре картофельное | 200 | 4.16 | 6.80 | 24.76 | 176.80 |
| 44 | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным | 105 | 16.91 | 15.68 | 14.82 | 265.33 |
| 35/85 | Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги) | 200 | 0.70 | 0.30 | 22.80 | 97.00 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 805 | 15.29 | 16.00 | 81.77 | 541.80 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 36.76 | 32.97 | 202.52 | 1238.80 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 68.07 | 59.73 | 88.13 | 75.91 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 6 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 50 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 4.25 | 4.78 | 20.70 | 142.75 |
| ГП | фрукт | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| 20 | Чай с молоком | 200 | 1.40 | 1.60 | 17.39 | 91.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |

| | Итого | 630 | 9.37 | 7.43 | 83.03 | 437.75 |
|---|--|-----------|----------------------|----------|----------|-------------|
| Обед | | | | | | |
| 1 | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 100 | 3.10 | 0.20 | 6.50 | 40.00 |
| 47 | Суп картофельный с крупой с мясом (птицы или говядины) | 260 | 5.42 | 6.12 | 14.12 | 148.00 |
| 45 | Капуста тушеная с мясом (говядины) | 250 | 17.10 | 15.14 | 14.46 | 276.25 |
| 17 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.08 | 0.00 | 35.00 | 141.40 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 850 | 27.66 | 21.86 | 88.00 | 685.65 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 37.03 | 29.29 | 171.03 | 1123.40 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 68.57 | 53.06 | 74.43 | 68.84 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 2 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 34 | Плов из птицы | 230 | 22.85 | 29.13 | 36.95 | 501.40 |
| 48 | чай без сахара | 200 | 0.00 | 0.00 | 15.04 | 62.00 |
| | | | | | | |
| ГП | фрукт | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 80.00 |
| | | | | | | |
| | Итого | 610 | 26.57 | 30.18 | 96.93 | 787.40 |
| Обед | | | | | | |
| | | | | | | |
| 4 | Овощи натуральные свежие (или соленые) | 100 | 0.80 | 0.10 | 1.70 | 13.00 |

| | | | | | | |
|---|--|------------------|-----------------------------|----------|----------|--------------------|
| 49 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250 | 8.26 | 5.79 | 20.20 | 166.54 |
| 42 | Азу | 200 | 16.31 | 17.48 | 20.80 | 305.85 |
| 48 | Чай без сахара | 200 | 0.00 | 0.00 | 15.04 | 62.00 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 790 | 27.33 | 23.77 | 75.66 | 627.39 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 53.90 | 53.95 | 172.59 | 1414.79 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 99.81 | 97.74 | 75.10 | 86.69 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 8 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 9 | Каша вязкая молочная жидкая (рисовая) | 250 | 7.16 | 8.93 | 50.81 | 311.25 |
| ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 120 | 1.80 | 0.60 | 25.20 | 115.20 |
| | | | | | | |
| 30 | Чай с лимоном | 200 | 0.06 | 0.01 | 15.25 | 64.00 |
| 15 | Бутерброд с маслом | 40 | 3.12 | 7.47 | 19.81 | 159.00 |
| | Итого | 610 | 12.14 | 17.01 | 111.07 | 649.45 |
| Обед | | | | | | |
| 27 | Икра кабачковая (промышленного производства) | 100 | 1.90 | 8.90 | 7.70 | 119.00 |
| 19 | Суп-лапша с мясом (птицы или говядины) | 260 | 9.01 | 7.99 | 15.34 | 171.00 |
| 12 | Тефтели из говядины | 100 | 11.88 | 14.04 | 11.99 | 221.00 |
| 37 | Соус красный основной | 30 | 0.34 | 0.59 | 2.66 | 16.00 |
| 7 | Пюре картофельное | 200 | 4.16 | 6.80 | 24.76 | 176.80 |
| 25 | Сок | 200 | 0.60 | 0.00 | 33.00 | 136.00 |

| | | | | | | |
|---|--|------------------|-----------------------------|----------|----------|--------------------|
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 930 | 29.85 | 38.72 | 113.37 | 919.80 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 41.99 | 55.73 | 224.44 | 1569.25 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 77.76 | 100.96 | 97.67 | 96.16 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 7 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 6 | Птица отварная или тушеная | 100 | 21.10 | 13.60 | 0.00 | 211.00 |
| 11 | Макаронные изделия отварные | 200 | 7.54 | 9.00 | 38.72 | 193.20 |
| 25 | Сок | 200 | 0.60 | 0.00 | 33.00 | 136.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| | Итого | 530 | 30.71 | 22.90 | 85.16 | 600.20 |
| Обед | | | | | | |
| 4 | Овощи натуральные свежие (или соленые) | 100 | 0.80 | 0.10 | 1.70 | 13.00 |
| 54 | Суп с рыбными консервами | 250 | 8.48 | 3.83 | 13.82 | 138.00 |
| 44 | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным | 105 | 16.91 | 15.68 | 14.82 | 265.33 |
| 16 | Капуста тушеная | 200 | 4.00 | 7.20 | 21.20 | 166.00 |
| 48 | Чай без сахара | 200 | 0.00 | 0.00 | 15.04 | 62.00 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 895 | 32.15 | 27.21 | 84.50 | 724.33 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 62.86 | 50.11 | 169.66 | 1324.53 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 116.41 | 90.78 | 73.83 | 81.16 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |

| День 1 | | | | | | |
|---|---|-----------|----------------------|----------|----------|-------------|
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 11 | Макароны запеченные с сыром | 200 | 7.54 | 9.00 | 38.72 | 193.20 |
| ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 120 | 1.80 | 0.60 | 25.20 | 115.20 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| | | | | | | |
| 36 | Какао с молоком | 200 | 3.76 | 3.20 | 26.74 | 150.80 |
| | Итого | 550 | 14.57 | 13.10 | 104.10 | 519.20 |
| Обед | | | | | | |
| 1 | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 100 | 3.10 | 0.20 | 6.50 | 40.00 |
| 22 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины) | 265 | 5.37 | 8.30 | 9.79 | 148.00 |
| 29 | Гуляш | 100 | 12.86 | 12.76 | 2.92 | 179.00 |
| 24 | Каша рассыпчатая | 180 | 10.01 | 10.37 | 45.13 | 310.80 |
| 52 | Напиток лимонный | 200 | 0.10 | 0.00 | 24.20 | 93.00 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 885 | 33.40 | 32.03 | 106.46 | 850.80 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 47.97 | 45.13 | 210.56 | 1370.00 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 56.35 | 81.76 | 91.63 | 83.95 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 10 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |

| | | | | | | |
|----|----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 84 | Жаркое по-домашнему | 270 | 31.91 | 28.47 | 20.37 | 465.14 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3.58 | 2.68 | 28.34 | 151.80 |
| | Итого | 500 | 36.96 | 31.45 | 62.15 | 676.94 |

Обед

| | | | | | | | |
|----|--|-----|-------|-------|--------|---------|-------|
| 4 | Овощи натуральные свежие (или соленые) | 100 | 0.80 | 0.10 | 1.70 | 13.00 | 13.00 |
| 5 | Суп картофельный с бобовыми с мясом (птицы или говядины) | 260 | 8.45 | 7.18 | 21.24 | 177.00 | |
| 34 | Плов из птицы | 230 | 22.85 | 29.13 | 36.95 | 501.40 | |
| 17 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0.08 | 0.00 | 35.00 | 141.40 | |
| ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 100 | 1.50 | 0.50 | 21.00 | 115.20 | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 | |
| | Итого | 930 | 35.64 | 37.31 | 133.81 | 1028.00 | |

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

| | | | | | | |
|--|--|--|----------|----------|----------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 72.60 | 68.76 | 195.96 | 1704.94 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 134.44 | 124.57 | 85.27 | 104.47 |

Дети 12 лет и старше

День 11

| № ТК* | | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
|-------|---|-----------|----------------------|---|---|-------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Завтрак

| | | | | | | |
|----|---------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 51 | Суп молочный с крупой | 250 | 4.5 | 4.93 | 19.63 | 140.75 |
| 52 | Напиток лимонный | 200 | 0.10 | 0.00 | 24.20 | 93.00 |
| ГП | Яблоко, или груша, или банан, или др. | 120 | 1.80 | 0.60 | 25.20 | 115.20 |

| 377 | Бутерброд с сыром | 15.5 | 4.97 | 8.01 | 7.56 | 122.20 |
|---|---|-----------|----------------------|----------|----------|-------------|
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| | Итого | 616 | 12.84 | 13.84 | 90.03 | 531.15 |
| Обед | | | | | | |
| 27 | Икра кабачковая (промышленного производства) | 100 | 1.90 | 8.90 | 7.70 | 119.00 |
| 33 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и с мясом (птицы или говядины) | 265 | 5.34 | 8.42 | 7.90 | 135.00 |
| 44 | Котлеты, биточки, шницели (из говядины) с маслом сливочным | 105 | 16.91 | 15.68 | 14.82 | 265.33 |
| 7 | Пюре картофельное | 200 | 4.16 | 6.80 | 24.76 | 176.80 |
| 35/85 | Напиток из шиповника или компот из плодов или ягод сушеных (изюма или кураги) | 200 | 0.70 | 0.30 | 22.80 | 97.00 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 910 | 30.97 | 40.50 | 95.90 | 873.13 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 43.81 | 54.34 | 185.93 | 1404.28 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 81.13 | 98.44 | 80.91 | 86.05 |
| Дети 12 лет и старше | | | | | | |
| День 12 | | | | | | |
| № ТК* | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 6 | Птица отварная или тушеная | 100 | 21.10 | 13.60 | 0.00 | 211.00 |
| 24 | Каша рассыпчатая | 180 | 10.01 | 10.37 | 45.13 | 310.80 |
| 20 | Чай с молоком без сахара | 200 | 1.40 | 1.60 | 17.39 | 91.00 |
| ГП | Хлеб ржаной | 30 | 1.47 | 0.30 | 13.44 | 60.00 |
| | | | | | | |
| гп | фрукт | 150 | 2.25 | 0.75 | 31.50 | 144.00 |
| | Итого | 660 | 36.23 | 26.62 | 107.46 | 816.80 |

| Обед | | | | | | |
|---|---|-----------------------------|----------|----------|--------------------|-------------|
| 1 | Зеленый горошек или кукуруза отварные (консервированные) | 100 | 3.10 | 0.20 | 6.50 | 40.00 |
| 28 | Рассольник ленинградский с мясом (птицы или говядины) и со сметаной | 265 | 5.69 | 8.48 | 20.03 | 190.00 |
| 26 | Жаркое по-домашнему | 200 | 23.64 | 21.09 | 15.09 | 344.55 |
| 25 | Сок | 200 | 0.60 | 0.00 | 33.00 | 136.00 |
| | | | | | | |
| ГП | Хлеб ржаной | 40 | 1.96 | 0.40 | 17.92 | 80.00 |
| | Итого | 805 | 34.99 | 30.17 | 92.54 | 790.55 |
| Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр. | | | | | | |
| | | | Б | Ж | У | Эн/ц |
| | Итого за день | | 71.22 | 56.79 | 200.00 | 1607.35 |
| | Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 |
| | Процент удовлетворения суточной потребности | | 131.89 | 102.88 | 87.03 | 98.49 |
| Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше | | | | | | |
| | | Пищевые вещества (г) | | | Эн/ц (ккал) | |
| | | Б | Ж | У | | |
| Итого за 12 дней | | 659.20 | 605.38 | 2436.83 | 17570.05 | |
| Итого за 1 дней | | 54.93 | 50.45 | 203.07 | 1464.17 | |
| Соотношение Б:Ж:У | | 1.00 | 0.92 | 3.70 | | |
| Суточная потребность | | 54.00 | 55.20 | 229.80 | 1632.00 | |
| Процент удовлетворения суточной потребности | | 101.73 | 91.39 | 88.37 | 89.72 | |

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептур блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры блюд согласно сборника рецептур