



«Утверждено»  
Директор  
В.А. Красноделов



«Согласовано»  
Директор общеобразовательной организации

---

# Основное (организованное)

## Меню

Для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования  
город Краснодар

2025

Возрастная категория питающихся: 12-лет

Неделя: 1  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                      | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры  |
|--------------------------|-----------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|--------------|
| 1                        | 2                                       | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8            |
| Завтрак                  | Салат из квашенной капусты <sup>4</sup> | 100              | 1,72                    | 5,00  | 8,47  | 86,00                         | 47-2017      |
|                          | Вок курица с рисом и овощами            | 200              | 15,00                   | 16,60 | 34,00 | 340,00                        | 665-24       |
|                          | чай с сахаром                           | 200              | 0,20                    | 0,00  | 6,50  | 26,80                         | 54-2-гн-2022 |
|                          | Хлеб пшеничный                          | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22        |
|                          | Хлеб ржаной                             | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22        |
|                          | Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>   | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10  | 43,00                         | 740-22       |
| Итого за рацион питания: |                                         | 660              | 21,82                   | 22,8  | 86,07 | 633,4                         | -            |

Неделя: 1  
День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                  | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Салат зеленый <sup>4</sup>         | 100              | 2,08                    | 4,70  | 8,44  | 75,00                         | 43-22       |
|                          | Гречка "по - Кубански" (говядина)  | 200              | 12,40                   | 13,30 | 33,30 | 300,00                        | TK №3/14    |
|                          | Кофейный напиток с молоком         | 180              | 2,84                    | 2,41  | 14,35 | 90,00                         | 379-2017    |
|                          | Хлеб пшеничный                     | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                        | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (слива) <sup>3</sup> | 100              | 0,90                    | 0,40  | 7,30  | 41,00                         | 747-22      |
| Итого за рацион питания: |                                    | 640              | 22,22                   | 21,81 | 92,39 | 643,6                         | -           |

Неделя: 1  
День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                                     | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры  |
|--------------------------|--------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|--------------|
| 1                        | 2                                                      | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8            |
| Завтрак                  | Яйцо вареное                                           | 40               | 3,09                    | 4,00  | 0,30  | 56,00                         | 492-24       |
|                          | Сыр "Российский" <sup>1</sup>                          | 15               | 3,27                    | 2,1   | 0     | 32,00                         | 015-17       |
|                          | Запеканка творожная с вишней и сахарной пудрой (195/5) | 200              | 11,01                   | 15,45 | 51,36 | 424,00                        | TK №176      |
|                          | Чай с сахаром и лимоном                                | 200              | 0,30                    | 0,00  | 6,70  | 27,90                         | 54-3-гн-2022 |
|                          | Хлеб пшеничный                                         | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22        |
|                          | Хлеб ржаной                                            | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22        |
| Итого за рацион питания: |                                                        | 615              | 22,47                   | 22,75 | 94,86 | 715,5                         | -            |

Неделя: 1  
День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                                  | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Салат из свежих с растительным маслом <sup>4</sup> | 100              | 5,8                     | 4,17  | 14,5  | 75,7                          | 113-24      |
|                          | Пенне "Арабиатто"                                  | 250              | 9,50                    | 13,45 | 38,52 | 371,00                        | 474-24      |
|                          | Чай с молоком и сахаром                            | 200              | 2,30                    | 1,45  | 6,55  | 52,00                         | 882-24      |
|                          | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                        | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Кондитерские изделия (вафли) <sup>5</sup>          | 15               | 0,32                    | 2,66  | 5,69  | 48,00                         | Пром.       |
| Итого за рацион питания: |                                                    | 625              | 21,92                   | 22,73 | 94,26 | 684,30                        | -           |

Неделя: 1  
День: 5

| Приём пищи                            | Наименование блюда                                      | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |        | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|--------|-------------------------------|-------------|
| 1                                     | 2                                                       | 3                | 4                       | 5      | 6      | 7                             | 8           |
| Завтрак                               | Икра кабачковая консервированная порционно <sup>4</sup> | 100              | 1,20                    | 2,90   | 6,54   | 57,00                         | 20-17       |
|                                       | Омлет                                                   | 200              | 11,45                   | 12,82  | 20,60  | 254,00                        | 420-22      |
|                                       | Какао с молоком и ванилью                               | 180              | 4,32                    | 3,20   | 15,82  | 107,00                        | ТКОБ382     |
|                                       | Хлеб пшеничный                                          | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00  | 95,60                         | 23-22       |
|                                       | Хлеб ржаной                                             | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00   | 42,00                         | 24-22       |
|                                       | Фрукты свежие (нектарин) <sup>5</sup>                   | 100              | 1,10                    | 0,30   | 11,10  | 48,00                         | 338-17      |
| Итого за рацион питания:              |                                                         | 640              | 22,07                   | 20,22  | 83,06  | 603,6                         | -           |
| Всего за 5 дней питания:              |                                                         | 3180             | 110,50                  | 110,31 | 450,64 | 3280,40                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания: |                                                         | 636              | 22,10                   | 22,06  | 90,13  | 656,08                        | -           |

Неделя: 2  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                           | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Закуска овощная                             | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10  | 45,00                         | ТКБ312      |
|                          | Каша манная с ванилью <sup>2</sup>          | 250              | 15,46                   | 20,00 | 41,25 | 393,00                        | ТК414-24    |
|                          | Чай с сахаром и лимоном                     | 200              | 0,30                    | 0,00  | 6,70  | 27,90                         | 54-3гн-2022 |
|                          | Хлеб пшеничный                              | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                 | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Кондитерские изделия (печенье) <sup>5</sup> | 26               | 0,55                    | 0,41  | 6,82  | 90,00                         | Пром.       |
| Итого за рацион питания: |                                             | 636              | 21,21                   | 21,61 | 91,87 | 693,5                         | -           |

Неделя: 2  
День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда         | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |            | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------|------------------|-------------------------|--------|------------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                          | 3                | 4 Белки                 | 5 Жиры | 6 Углеводы | 7                             | 8           |
| Завтрак                  |                            |                  |                         |        |            |                               |             |
|                          | Салат зеленый <sup>†</sup> | 100              | 2,08                    | 4,70   | 8,44       | 75,00                         | 43-22       |
|                          | Плов из говядины           | 250              | 16,12                   | 16,55  | 39,64      | 371,00                        | Ткд№Пл1     |
|                          | Чай фруктовый              | 200              | 0,10                    | 0,50   | 15,45      | 52,00                         | 885-24      |
|                          | Хлеб пшеничный             | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00      | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00       | 42,00                         | 24-22       |
| Итого за рацион питания: |                            | 610              | 22,3                    | 22,75  | 92,53      | 635,6                         | -           |

Неделя: 2  
День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                           | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |            | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|------------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                            | 3                | 4 Белки                 | 5 Жиры | 6 Углеводы | 7                             | 8           |
| Завтрак                  |                                              |                  |                         |        |            |                               |             |
|                          | Овощи в нарезке (огурцы свежие) <sup>‡</sup> | 100              | 0,83                    | 0,17   | 2,50       | 14,00                         | 54-23-22    |
|                          | Стрипы рыбные <sup>§</sup>                   | 100              | 9,48                    | 12,48  | 9,46       | 192,00                        | ТК№25       |
|                          | Рис припущенный                              | 180              | 4,19                    | 5,76   | 40,45      | 236,00                        | 71-22       |
|                          | Чай с молоком и сахаром                      | 200              | 2,30                    | 1,45   | 6,55       | 52,00                         | 882-24      |
|                          | Хлеб пшеничный                               | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00      | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                  | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00       | 42,00                         | 24-22       |
| Итого за рацион питания: |                                              | 640              | 20,80                   | 20,86  | 87,96      | 631,60                        | -           |

Неделя: 2  
День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                                       | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |            | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|------------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                                        | 3                | 4 Белки                 | 5 Жиры | 6 Углеводы | 7                             | 8           |
| Завтрак                  |                                                          |                  |                         |        |            |                               |             |
|                          | Диньо вареное                                            | 40               | 3,09                    | 4,00   | 0,30       | 56,00                         | 492-24      |
|                          | Сыр "Российский" <sup>††</sup>                           | 15               | 3,27                    | 2,1    | 0          | 32,00                         | 015-17      |
|                          | Запеканка творожно-ванильная с фруктовым соусом (180/20) | 200              | 10,21                   | 15,29  | 41,90      | 390,70                        | ТТК№122     |
|                          | Чай с сахаром                                            | 200              | 0,20                    | 0,00   | 6,50       | 26,80                         | 54-21н-2022 |
|                          | Хлеб пшеничный                                           | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00      | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                              | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00       | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (мандарин) <sup>‡‡</sup>                   | 100              | 0,80                    | 0,20   | 7,50       | 38,00                         | 746-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                          | 615              | 21,57                   | 22,59  | 85,2       | 681,1                         | -           |

Неделя: 2  
День: 5

| Приём пищи                                    | Наименование блюда                              | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |        | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|--------|-------------------------------|-------------|
| 1                                             | 2                                               | 3                | 4                       | 5      | 6      | 7                             | 8           |
| Завтрак                                       | Салат из свежих и зеленого горошка <sup>а</sup> | 100              | 3,70                    | 5,90   | 2,10   | 76,00                         | 106-22      |
|                                               | Тертые с рисом в соусе томатном (100/20)        | 120              | 10,60                   | 9,21   | 13,58  | 188,00                        | 544-22      |
|                                               | Картофельное пюре                               | 180              | 3,84                    | 6,24   | 23,76  | 167,28                        | 54-11-2022  |
|                                               | Чай ягодный                                     | 200              | 0,10                    | 0,50   | 17,45  | 65,00                         | 886-24      |
|                                               | Хлеб пшеничный                                  | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00  | 95,60                         | 23-22       |
|                                               | Хлеб ржаной                                     | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00   | 42,00                         | 24-22       |
| Итого за рацион питания:                      |                                                 | 660              | 22,24                   | 22,85  | 85,89  | 633,88                        | -           |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                                 | 3161             | 108,12                  | 110,66 | 443,45 | 3275,68                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                                 | 632              | 21,62                   | 22,13  | 88,69  | 655,14                        | -           |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                                 | 6341             | 218,62                  | 220,97 | 894,09 | 6556,08                       | -           |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                                 | 634              | 21,86                   | 22,10  | 89,41  | 655,61                        | -           |

Неделя: 3  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                             | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                              | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Овощи в нарезке (помидоры свежие) <sup>а</sup> | 100              | 1,17                    | 0,17  | 3,83  | 22,00                         | 54-3-22     |
|                          | Паста сливочная с куррицей                     | 250              | 15,45                   | 18,85 | 45,25 | 406,00                        | 406-22      |
|                          | Чай с сахаром и лимоном                        | 200              | 0,30                    | 0,00  | 6,70  | 27,90                         | 54-3-н-2022 |
|                          | Хлеб пшеничный                                 | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                    | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (слива) <sup>а</sup>             | 100              | 0,90                    | 0,40  | 7,30  | 41,00                         | 747-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                | 710              | 21,82                   | 20,42 | 92,08 | 634,5                         | -           |

Неделя: 3  
День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда                                | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                                 | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Салат зеленый с морковью и кукурузой <sup>а</sup> | 100              | 2,08                    | 4,70  | 9,31  | 87,00                         | 1173        |
|                          | Котлеты рубленые из птицы                         | 100              | 8,27                    | 5,88  | 7,21  | 131,00                        | 615-22      |
|                          | Каша гречневая вязкая <sup>а</sup>                | 180              | 4,70                    | 5,70  | 24,20 | 223,00                        | 349-22/1    |
|                          | Кофейный напиток с молоком                        | 180              | 2,84                    | 2,41  | 14,35 | 90,00                         | 379-2017    |
|                          | Хлеб пшеничный                                    | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                       | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
| Итого за рацион питания: |                                                   | 635              | 22,21                   | 22,35 | 89,76 | 716,6                         | -           |

Неделя: 3  
День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                                     | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Салат из белокочанной капусты с морковью <sup>4</sup> | 100              | 1,31                    | 3,25  | 6,46  | 60,00                         | 45-2017     |
|                          | Гуляш из говядины (100/20)                            | 120              | 9,07                    | 9,45  | 2,96  | 166,00                        | 503/22      |
|                          | Каша ячневая вязкая <sup>2</sup>                      | 180              | 5,77                    | 8,47  | 27,65 | 220,00                        | 349-22      |
|                          | Чай фруктовый                                         | 200              | 0,10                    | 0,50  | 15,45 | 52,00                         | 885-24      |
|                          | Хлеб пшеничный                                        | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                           | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (нектарин) <sup>2</sup>                 | 100              | 1,10                    | 0,30  | 11,10 | 48,00                         | 338-17      |
| Итого за рацион питания: |                                                       | 760              | 21,35                   | 22,97 | 92,62 | 683,6                         | -           |

Неделя: 3  
День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда                   | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|--------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1          | 2                                    | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак    | Салат из свеклы с сыром <sup>4</sup> | 100              | 2,88                    | 7,3   | 7,04  | 105                           | 122-04      |
|            | Азу из говядины с картофелем         | 230              | 12,60                   | 12,80 | 35,25 | 306,00                        | 568-24      |
|            | Чай с молоком и сахаром              | 200              | 2,30                    | 1,45  | 6,55  | 52,00                         | 882-24      |
|            | Хлеб пшеничный                       | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                          | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>  | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80  | 47,00                         | 749-22      |
|            | Итого за рацион питания:             | 690              | 22,2                    | 23,0  | 87,6  | 647,6                         | -           |

Неделя: 3  
День: 5

| Приём пищи                            | Наименование блюда                                      | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |        | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|--------|-------------------------------|-------------|
| 1                                     | 2                                                       | 3                | 4                       | 5      | 6      | 7                             | 8           |
| Завтрак                               | Икра кабачковая консервированная порционно <sup>4</sup> | 100              | 1,20                    | 2,90   | 6,54   | 57,00                         | 20-17       |
|                                       | Омлет с сыром                                           | 200              | 11,55                   | 15,26  | 21,93  | 326,00                        | 211-17      |
|                                       | Какао с молоком и ванилью                               | 180              | 4,32                    | 3,20   | 15,82  | 107,00                        | TKM382      |
|                                       | Хлеб пшеничный                                          | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00  | 95,60                         | 23-22       |
|                                       | Хлеб ржаной                                             | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00   | 42,00                         | 24-22       |
|                                       | Фрукты свежие (мандарин) <sup>2</sup>                   | 100              | 0,80                    | 0,20   | 7,50   | 38,00                         | 746-22      |
|                                       | Итого за рацион питания:                                | 640              | 21,87                   | 22,56  | 80,79  | 665,6                         | -           |
| Всего за 5 дней питания:              |                                                         | 3435             | 109,43                  | 111,25 | 442,89 | 3347,90                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания: |                                                         | 687              | 21,89                   | 22,25  | 88,58  | 669,58                        | -           |

Неделя: 4  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                                      | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |            | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|------------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                                       | 3                | 4 Белки                 | 5 Жиры | 6 Углеводы | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Бюгтворог "кубуннка,банан,яблоко" (пром.) <sup>10</sup> | 100              | 7,0                     | 4,2    | 9,6        | 104,2                         | Пром.       |
|                          | Каша овсяная на молоке <sup>2</sup>                     | 200              | 5,68                    | 12,33  | 19,20      | 209,30                        | 360-22      |
|                          | Кофейный напиток с молоком                              | 180              | 2,84                    | 2,41   | 14,35      | 90,00                         | 379-2017    |
|                          | Хлеб пшеничный                                          | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00      | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                             | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00       | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (апельсин) <sup>9</sup>                   | 100              | 0,90                    | 0,20   | 8,10       | 43,00                         | 740-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                         | 640              | 20,42                   | 20,14  | 80,25      | 584,1                         | -           |

Неделя: 4  
День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда                         | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |            | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|------------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                          | 3                | 4 Белки                 | 5 Жиры | 6 Углеводы | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Омлеты соленные <sup>4</sup>               | 100              | 0,85                    | 0,18   | 2,30       | 16,00                         | 70-17       |
|                          | Мясо птицы по-царски                       | 250              | 16,12                   | 19,00  | 35,43      | 331,00                        | 654-24      |
|                          | Чай яблочный                               | 200              | 0,10                    | 0,50   | 17,45      | 65,00                         | 886-24      |
|                          | Хлеб пшеничный                             | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00      | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00       | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Кондитерские изделия (пряник) <sup>8</sup> | 25               | 0,55                    | 0,45   | 6,82       | 130,00                        | Пром.       |
| Итого за рацион питания: |                                            | 635              | 21,62                   | 21,13  | 91,00      | 679,60                        | -           |

Неделя: 4  
День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                             | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |            | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|------------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                              | 3                | 4 Белки                 | 5 Жиры | 6 Углеводы | 7                             | 8           |
| Завтрак                  | Овощи в нарезке (помидоры свежие) <sup>8</sup> | 100              | 1,17                    | 0,17   | 3,83       | 22,00                         | 54-39-22    |
|                          | Котлета "Пикантная"                            | 100              | 12,44                   | 11,38  | 17,55      | 223,00                        | 347-2017    |
|                          | Картофельное пюре                              | 180              | 3,84                    | 6,24   | 23,76      | 167,28                        | 54-11-2022  |
|                          | Чай с сахаром                                  | 200              | 0,20                    | 0,00   | 6,50       | 26,80                         | 54-21-2022  |
|                          | Хлеб пшеничный                                 | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00      | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                    | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00       | 42,00                         | 24-22       |
| Итого за рацион питания: |                                                | 640              | 21,65                   | 18,79  | 80,64      | 576,68                        | -           |

Неделя: 4  
День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда                           | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|----------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1          | 2                                            | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Завтрак    | Овощи в нарезке (огурцы свежие) <sup>8</sup> | 100              | 0,83                    | 0,17  | 2,50  | 14,00                         | 54-23-22    |
|            | Гречен из картофеля с рыбой <sup>9</sup>     | 200              | 15,00                   | 21,13 | 43,33 | 428,00                        | ТК№3/7      |
|            | Чай с сахаром и лимоном                      | 200              | 0,30                    | 0,00  | 6,70  | 27,90                         | 54-31п-2022 |
|            | Хлеб пшеничный                               | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                  | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00  | 42,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>        | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10  | 43,00                         | 740-22      |
|            | Итого за рацион питания:                     | 660              | 21,03                   | 22,5  | 89,63 | 650,5                         | -           |

Неделя: 4  
День: 5

| Приём пищи | Наименование блюда                            | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |        | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-----------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|--------|-------------------------------|-------------|
| 1          | 2                                             | 3                | 4                       | 5      | 6      | 7                             | 8           |
| Завтрак    | Салат из свежих с сыром <sup>4</sup>          | 100              | 2,88                    | 7,3    | 7,04   | 105                           | 122-04      |
|            | Омлет из филе птицы с сыром                   | 100              | 7,15                    | 8,75   | 3,88   | 183,00                        | Тк№ Б-9Б    |
|            | Рагу овощное (с зеленым горошком)             | 180              | 5,05                    | 4,01   | 36,00  | 158,00                        | 396-24      |
|            | Чай с молоком и сахаром                       | 200              | 2,30                    | 1,45   | 6,55   | 52,00                         | 882-24      |
|            | Хлеб пшеничный                                | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00  | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                   | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00   | 42,00                         | 24-22       |
|            | Итого за рацион питания:                      | 640              | 21,38                   | 22,51  | 82,47  | 635,6                         | -           |
|            | Всего за 5 дней питания:                      | 3215             | 106,10                  | 105,07 | 423,99 | 3126,48                       | -           |
|            | Средние показатели за 5 дней питания:         | 643              | 21,22                   | 21,01  | 84,80  | 625,30                        | -           |
|            | Всего за цикл питания (10 дней):              | 6650             | 215,53                  | 216,32 | 866,88 | 6474,38                       | -           |
|            | Средние показатели за цикл питания (10 дней): | 665              | 21,55                   | 21,63  | 86,69  | 647,44                        | -           |

Возрастная категория питающихся: 12+ лет

Неделя: 1  
День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда                                | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                                   |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                                 | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед       | Закуска из моркови <sup>4</sup>                   | 100              | 0,90                    | 3,51  | 4,80     | 96,00                         | 3М/2        |
|            | Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/250) | 275              | 9,34                    | 6,72  | 20,41    | 182,00                        | 137-2004    |
|            | Котлета "Дружба" (рыба, птица) <sup>9</sup>       | 100              | 6,80                    | 4,25  | 9,24     | 127,00                        | ТК № О/16Н  |
|            | Картофель по-деревенски с сыром                   | 180              | 3,70                    | 6,54  | 36,54    | 209,00                        | 739-24      |
|            | Соус сметанный с чесноком                         | 20               | 3,65                    | 6,21  | 3,68     | 27,85                         | Тк-Сс1      |
|            | Чай фруктовый                                     | 200              | 0,10                    | 0,50  | 15,45    | 52,00                         | 885-24      |
|            | Хлеб пшеничный                                    | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                       | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|            | Кондитерские изделия (вафли) <sup>8</sup>         | 15               | 0,32                    | 2,66  | 5,69     | 48,00                         | Пром.       |
|            | Итого за рацион питания:                          | 960              | 29,41                   | 31,49 | 129,31   | 900,45                        | -           |

Неделя: 1  
День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда                                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-----------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                                     |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                                   | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед       | Салат из зеленого горошка <sup>4</sup>              | 100              | 2,90                    | 2,90  | 6,53     | 78,00                         | 47-22       |
|            | Борщ "Кубанский" с фасолью                          | 250              | 3,90                    | 4,30  | 16,00    | 144,00                        | 383-06      |
|            | Нагетсы куриные                                     | 100              | 7,01                    | 7,85  | 23,00    | 166,00                        | 595-22      |
|            | Макароны отварные с сыром (Российский) <sup>1</sup> | 180              | 12,17                   | 11,01 | 30,70    | 301,00                        | 204-2017    |
|            | Компот из клубники <sup>7</sup>                     | 200              | 0,30                    | 0,10  | 10,30    | 42,80                         | 54-6хн-2022 |
|            | Хлеб пшеничный                                      | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                         | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>                 | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47,00                         | 749-22      |
|            | Итого за рацион питания:                            | 1000             | 31,28                   | 27,66 | 129,83   | 937,40                        | -           |

Неделя: 1

День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая<br>ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|----------------------------------|-------------|
|                          |                                       |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                                  |             |
| 1                        | 2                                     | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                                | 8           |
| Обед                     | Орррррр солонне <sup>4</sup>          | 100              | 0,85                    | 0,18  | 2,30     | 16,00                            | 70-17       |
|                          | Щи из свежей капусты                  | 250              | 2,65                    | 3,77  | 7,85     | 108,00                           | 87-17       |
|                          | Чакобили из кур (100/20)              | 120              | 15,38                   | 16,58 | 3,73     | 225,00                           | 600-22      |
|                          | Каша пшеничная вязкая <sup>2</sup>    | 180              | 5,42                    | 9,00  | 48,14    | 265,20                           | 302-17Б     |
|                          | Сок натуральнй (яблочнй) <sup>6</sup> | 200              | 1,00                    | 0,00  | 20,20    | 84,80                            | 859-22      |
|                          | Хлеб пшеничнй                         | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                            | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                           | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                            | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (абрикос) <sup>3</sup>  | 100              | 0,40                    | 0,70  | 9,80     | 47,00                            | 739-22      |
| Итого за рацион питания: |                                       | 1020             | 30,3                    | 31,33 | 125,52   | 904,6                            | -           |

Неделя: 1

День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда                                       | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая<br>ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|----------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|----------------------------------|-------------|
|            |                                                          |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                                  |             |
| 1          | 2                                                        | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                                | 8           |
| Обед       | Салат из отварных овощей с зеленым горошком <sup>4</sup> | 100              | 1,23                    | 6,08  | 14,26    | 86,00                            | Тк №84 Н    |
|            | Рассольник "Южный"                                       | 250              | 7,81                    | 6,56  | 11,35    | 135,00                           | ТК №0/15    |
|            | Полублюй "Здоровье" в сметанно-томатном соусе (100/20)   | 120              | 9,65                    | 11,82 | 12,27    | 193,00                           | ТК №141     |
|            | Картофель отварной с зеленым                             | 180              | 5,80                    | 5,93  | 38,30    | 229,00                           | 634-22      |
|            | Напиток "Ассорти"(вишня) <sup>7</sup>                    | 180              | 0,22                    | 0,05  | 14,34    | 67,91                            | ТК №0/8     |
|            | Хлеб пшеничный                                           | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                            | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                              | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42,00                            | 24-22       |
|            | Итого за рацион питания:                                 | 890              | 28,71                   | 31,44 | 119,52   | 848,51                           | -           |

Неделя: 1  
День: 5

| Приём пищи                            | Наименование блюда                            | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|
|                                       |                                               |                  | Белки                   | Жиры   | Углеводы |                               |             |
|                                       |                                               |                  | 4                       | 5      | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                                  | 2                                             | 3                |                         |        |          |                               |             |
|                                       | Салат овощной (помидоры, огурцы) <sup>4</sup> | 100              | 0,83                    | 2,52   | 3,15     | 57,00                         | 104-22      |
|                                       | Суп картофельный с фасолью (консервированной) | 250              | 2,42                    | 6,38   | 19,07    | 142,00                        | 258-22      |
|                                       | Котлета "Пикантная"                           | 100              | 14,94                   | 12,45  | 17,55    | 241,00                        | 347-2017    |
|                                       | Ризотто                                       | 180              | 6,30                    | 7,41   | 38,90    | 218,00                        | 630-22      |
|                                       | Компот из клубники и яблок <sup>2</sup>       | 180              | 0,18                    | 0,09   | 9,18     | 38,25                         | 54-5хн-2022 |
|                                       | Хлеб пшеничный                                | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                                       | Хлеб ржаной                                   | 30               | 1,80                    | 0,30   | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|                                       | Итого за рацион питания:                      | 880              | 29,27                   | 29,95  | 121,35   |                               | 854,85      |
| Всего за 5 дней питания:              |                                               | 4855             | 150,76                  | 152,39 | 629,26   |                               | 4486,11     |
| Средние показатели за 5 дней питания: |                                               | 971              | 30,15                   | 30,48  | 125,85   |                               | 897,22      |

Неделя: 2  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                               | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                                  |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
|                          |                                                  |                  | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | 2                                                | 3                |                         |       |          |                               |             |
|                          | Салат из квашеной капусты <sup>4</sup>           | 100              | 1,72                    | 5,00  | 8,47     | 86,00                         | 47-2017     |
|                          | Легкий суп с творожными ньокками                 | 250              | 2,25                    | 4,27  | 11,68    | 92,00                         | TK №26      |
|                          | Медальон из птицы                                | 100              | 13,72                   | 13,50 | 12,50    | 258,00                        | 570-22      |
|                          | Каша гречневая вязкая <sup>2</sup>               | 180              | 4,70                    | 5,70  | 38,63    | 223,00                        | 349-22      |
|                          | Напиток "Ассорти" (плодово-ягодный) <sup>7</sup> | 200              | 0,10                    | 0,10  | 18,78    | 74,00                         | TK №3/12    |
|                          | Хлеб пшеничный                                   | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                      | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (груша)                            | 100              | 0,40                    | 0,30  | 10,30    | 47,00                         | 743-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                  | 1000             | 27,49                   | 29,97 | 133,86   |                               | 938,6       |

Неделя: 2  
День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда                                                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                                                    |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                        | 2                                                                  | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | Овоши в нарезке (помидоры свежие) <sup>4</sup>                     | 100              | 1,17                    | 0,17  | 3,83     | 22,00                         | 54-33-22    |
|                          | Борщ с капустой и картофелем                                       | 250              | 3,90                    | 4,30  | 13,50    | 118,00                        | 215-22      |
|                          | Фрикадельки "Дуэт" в сметанно-томатном соусе <sup>5</sup> (100/20) | 120              | 14,45                   | 17,21 | 19,85    | 300,00                        | ТК№16Н      |
|                          | Картофельное пюре                                                  | 180              | 3,84                    | 6,24  | 23,76    | 167,28                        | 54-11-2022  |
|                          | Кисель из вишни <sup>7</sup>                                       | 180              | 0,90                    | 0,09  | 14,13    | 60,00                         | 443-22      |
|                          | Хлеб пшеничный                                                     | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                                        | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup>                              | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10     | 43,00                         | 740-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                                    | 1000             | 29,76                   | 29,31 | 116,67   | 868,88                        | -           |

Неделя: 2  
День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                                       |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                        | 2                                                     | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | Салат из белокочанной капусты с морковью <sup>4</sup> | 100              | 1,31                    | 3,25  | 6,46     | 60,00                         | 45-2017     |
|                          | Уха "Золотая рыбка" (горбуша) <sup>5</sup> (250/25)   | 275              | 4,66                    | 6,90  | 12,52    | 132,00                        | ТК №35-22   |
|                          | Фрикасе из курицы (100/20)                            | 120              | 12,54                   | 11,04 | 7,03     | 193,00                        | 599-22      |
|                          | Капша пшеничная вязкая <sup>2</sup>                   | 180              | 5,40                    | 8,94  | 43,80    | 265,00                        | 349-22      |
|                          | Сок натуральный (яблочный) <sup>6</sup>               | 200              | 1,00                    | 0,00  | 20,20    | 84,80                         | 859-22      |
|                          | Хлеб пшеничный                                        | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                           | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>                   | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47,00                         | 749-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                       | 1035             | 29,31                   | 31,53 | 128,81   | 919,40                        | -           |

Неделя: 2

День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                                         | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                                            |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                        | 2                                                          | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | Горошек зеленый (консервированный) <sup>4</sup>            | 100              | 2,92                    | 0,18  | 5,92     | 37,00                         | 226-107     |
|                          | Суп с лапшой                                               | 250              | 4,06                    | 8,54  | 14,50    | 86,00                         | 340-24      |
|                          | Дюль-кебаб "Нежность" с соусом сметанно-чесночным (100/20) | 120              | 13,20                   | 13,63 | 7,80     | 245,00                        | ТК №406     |
|                          | Каша гречневая вязкая <sup>2</sup>                         | 180              | 4,70                    | 5,70  | 38,63    | 223,00                        | 349-22      |
|                          | Компот из свежих плодов (яблоки) <sup>7</sup>              | 180              | 0,30                    | 0,14  | 10,15    | 43,00                         | 817-22      |
|                          | Хлеб пшеничный                                             | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                                | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|                          | Кондитерские изделия (ирис) <sup>8</sup>                   | 25               | 0,85                    | 1,95  | 23,30    | 120,00                        | Пром.       |
| Итого за рацион питания: |                                                            | 925              | 30,63                   | 31,24 | 133,8    | 912,6                         | -           |

Неделя: 2

День: 5

| Приём пищи                                    | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|
|                                               |                                       |                  | Белки                   | Жиры   | Углеводы |                               |             |
| 1                                             | 2                                     | 3                | 4                       | 5      | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                                          | Салат "Король Слоу" <sup>4</sup>      | 100              | 3,05                    | 7,51   | 8,91     | 115,00                        | 138-24      |
|                                               | Суп гороховый с сухариками (250/25)   | 275              | 6,54                    | 4,56   | 22,89    | 158,00                        | ТК №С/14    |
|                                               | Плов из птицы                         | 280              | 15,11                   | 18,6   | 40,22    | 375,00                        | ТК №457     |
|                                               | Компот из кураги <sup>5</sup>         | 180              | 0,90                    | 0,09   | 14,13    | 60,21                         | 54-2хн-2022 |
|                                               | Хлеб пшеничный                        | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                                               | Хлеб ржаной                           | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|                                               | Фрукты свежие (апельсин) <sup>3</sup> | 100              | 0,90                    | 0,20   | 8,10     | 43,00                         | 740-22      |
|                                               | Итого за рацион питания:              | 995              | 30,5                    | 31,96  | 123,25   | 888,81                        | -           |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                       | 4850             | 145,90                  | 153,49 | 632,66   | 4487,99                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                       | 970              | 29,18                   | 30,70  | 126,53   | 897,60                        | -           |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                       | 9705             | 296,66                  | 305,88 | 1261,91  | 8974,10                       | -           |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                       | 971              | 29,67                   | 30,59  | 126,19   | 897,41                        | -           |

Неделя: 3  
День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда                                              | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |       | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-----------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|-------|-------------------------------|-------------|
| 1          | 2                                                               | 3                | 4                       | 5     | 6     | 7                             | 8           |
| Обед       | Ассорти (морковь на корейский лад/огурцы соленные) <sup>4</sup> | 100              | 1,08                    | 2,00  | 7,50  | 52,00                         | ТК № А/12   |
|            | Борщ "Сибирский"                                                | 250              | 6,59                    | 3,60  | 20,03 | 139,00                        | 111-04      |
|            | Грудка куриная, запеченная с сыром                              | 100              | 8,56                    | 16,50 | 6,06  | 223,00                        | 561-22      |
|            | Ризотто                                                         | 180              | 6,30                    | 7,41  | 38,90 | 218,00                        | 630-22      |
|            | Напиток из цитрусовых <sup>7</sup>                              | 180              | 0,10                    | 0,01  | 11,25 | 46,00                         | 965-24      |
|            | Хлеб пшеничный                                                  | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00 | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                                     | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50 | 63,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup>                             | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80  | 47,00                         | 749-22      |
|            | Итого за рацион питания:                                        | 980              | 27,6                    | 31,0  | 127,0 | 883,6                         | -           |

Неделя: 3  
День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда                        | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |        | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|--------|-------------------------------|-------------|
| 1          | 2                                         | 3                | 4                       | 5     | 6      | 7                             | 8           |
| Обед       | Ассорти овощное "Витаминка" <sup>14</sup> | 100              | 0,90                    | 0,13  | 2,87   | 17,00                         | 173-22      |
|            | Суп рисовый с мелкошинкованными овощами   | 250              | 2,78                    | 2,78  | 17,56  | 106,38                        | 255-22      |
|            | Рагу овощное с говядиной                  | 280              | 19,42                   | 26,20 | 42,20  | 469,00                        | Тк №244     |
|            | Сок натуральный (яблочный) <sup>6</sup>   | 200              | 1,00                    | 0,00  | 20,20  | 84,80                         | 859-22      |
|            | Хлеб пшеничный                            | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00  | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                               | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50  | 63,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (персик) <sup>3</sup>       | 100              | 0,90                    | 0,10  | 9,50   | 45,00                         | 338-17      |
|            | Итого за рацион питания:                  | 1000             | 29,6                    | 30,31 | 125,83 | 880,78                        | -           |

Неделя: 3  
День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда                                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |        | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|----------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|--------|-------------------------------|-------------|
| 1          | 2                                                  | 3                | 4                       | 5     | 6      | 7                             | 8           |
| Обед       | Салат из свежих с растительным маслом <sup>4</sup> | 100              | 5,8                     | 4,17  | 14,5   | 75,7                          | 113-24      |
|            | Рассольник домашний                                | 250              | 2,29                    | 4,50  | 24,55  | 169,00                        | 189-24      |
|            | Бифстегонов (100/20)                               | 120              | 13,30                   | 13,03 | 13,36  | 214,00                        | 493-22      |
|            | Картофельное пюре                                  | 180              | 3,84                    | 6,24  | 23,76  | 167,28                        | 54-11Г-2022 |
|            | Компот из кураги <sup>5</sup>                      | 180              | 0,90                    | 0,09  | 14,13  | 60,21                         | 54-2ХН-2022 |
|            | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00  | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                        | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50  | 63,00                         | 24-22       |
|            | Кондитерские изделия (печенье) <sup>8</sup>        | 26               | 0,55                    | 0,41  | 6,82   | 90,00                         | Пром.       |
|            | Итого за рацион питания:                           | 926              | 31,28                   | 29,54 | 130,62 | 934,79                        | -           |

Неделя: 3  
День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                                    |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                        | 2                                                  | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | Салат из фасоли с соевым соусом <sup>4</sup>       | 100              | 0,90                    | 3,21  | 5,35     | 53,00                         | ТК№458      |
|                          | Суп картофельный с куриными фрикадельками (250/25) | 275              | 8,58                    | 7,40  | 16,32    | 166,00                        | 235-22      |
|                          | Митболы в соусе сметанно-томатном (100/20)         | 120              | 10,10                   | 9,94  | 11,04    | 173,00                        | 542-22      |
|                          | Каша пшеничная вязкая <sup>2</sup>                 | 180              | 5,40                    | 8,94  | 43,80    | 265,00                        | 349-22      |
|                          | Напиток "Ассорти" (вишня) <sup>7</sup>             | 180              | 0,22                    | 0,05  | 16,34    | 67,91                         | ТК № 0/91   |
|                          | Хлеб пшеничный                                     | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                        | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Фрукты свежие (абрикос) <sup>9</sup>               | 100              | 0,40                    | 0,70  | 9,80     | 47,00                         | 739-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                    | 1015             | 29,6                    | 31,24 | 131,65   | 909,51                        | 0           |

Неделя: 3  
День: 5

| Приём пищи                            | Наименование блюда                                          | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|
|                                       |                                                             |                  | Белки                   | Жиры   | Углеводы |                               |             |
| 1                                     | 2                                                           | 3                | 4                       | 5      | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                                  | Кукуруза (консервированная) порционно <sup>4</sup>          | 100              | 0,83                    | 1,15   | 24,16    | 110,00                        | 237-24      |
|                                       | Борщ с капустой и картофелем                                | 250              | 3,90                    | 4,30   | 13,50    | 118,00                        | 215-22      |
|                                       | Людоя-кебаб "Нежность" с соусом сметанно-чесночным (100/20) | 120              | 13,20                   | 13,63  | 7,80     | 245,00                        | ТК №406     |
|                                       | Картофель фри                                               | 180              | 4,90                    | 8,51   | 33,07    | 267,00                        | 648-22      |
|                                       | Кисель из вишни <sup>7</sup>                                | 180              | 0,90                    | 0,09   | 14,13    | 60,00                         | 443-22      |
|                                       | Хлеб пшеничный                                              | 30               | 2,10                    | 0,60   | 15,00    | 71,70                         | 23-22       |
|                                       | Хлеб ржаной                                                 | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|                                       | Итого за рацион питания:                                    | 880              | 27,03                   | 28,48  | 116,66   | 913,7                         | -           |
| Всего за 5 дней питания:              |                                                             | 4781             | 145,69                  | 151,11 | 623,81   | 4493,68                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания: |                                                             | 956,2            | 29,14                   | 30,22  | 124,76   | 898,74                        | -           |

Неделя: 4  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                        | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                           |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                        | 2                                         | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | Салат "Школьный" <sup>14</sup>            | 100              | 5,68                    | 2,45  | 3,55     | 58,00                         | 39-03       |
|                          | Суп картофельный с чечевицей              | 250              | 2,88                    | 2,32  | 35,25    | 157,00                        | ТК №296     |
|                          | Рыба, запеченная с томатами <sup>9</sup>  | 100              | 12,46                   | 12,15 | 13,88    | 213,00                        | 452-22      |
|                          | Рис с овощами                             | 180              | 5,05                    | 11,00 | 30,42    | 241,00                        | 759-24      |
|                          | Компот фруктовый                          | 180              | 0,18                    | 0,04  | 12,19    | 51                            | ТК№11/22    |
|                          | Хлеб пшеничный                            | 30               | 2,10                    | 0,60  | 15,00    | 71,70                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                               | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|                          | Кондитерские изделия (вафли) <sup>8</sup> | 15               | 0,32                    | 2,66  | 5,69     | 48,00                         | Пром.       |
| Итого за рацион питания: |                                           | 875              | 29,87                   | 31,42 | 124,98   | 881,7                         | -           |

Неделя: 4  
День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда                           | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|----------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                              |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                            | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед       | Овощи в нарезке (огурцы свежие) <sup>4</sup> | 100              | 0,83                    | 0,17  | 2,50     | 14,00                         | 54-23-22    |
|            | Рассольник "Ленинградский" <sup>1</sup>      | 250              | 2,01                    | 5,08  | 11,98    | 107,30                        | 96-2017     |
|            | Биточки из говядины под сырной корочкой      | 100              | 13,50                   | 15,68 | 17,52    | 260,00                        | Д/33        |
|            | Макароны отварные                            | 180              | 6,48                    | 5,88  | 39,36    | 236,00                        | 1Г-22       |
|            | Напиток из цитрусовых <sup>7</sup>           | 180              | 0,10                    | 0,01  | 11,25    | 46,00                         | 965-24      |
|            | Хлеб пшеничный                               | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                  | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (мандарины) <sup>3</sup>       | 100              | 0,80                    | 0,20  | 7,50     | 38,00                         | 746-22      |
|            | Итого за рацион питания:                     |                  | 980                     | 28,32 | 28,12    | 123,61                        | 859,9       |
|            |                                              |                  |                         |       |          |                               | -           |

Неделя: 4  
День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда                                   | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                                      |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                                    | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед       | Салат зеленый <sup>4</sup>                           | 100              | 2,08                    | 4,70  | 8,44     | 75,00                         | 43-22       |
|            | Суп из овощей со сметаной                            | 260              | 2,04                    | 5,19  | 10,49    | 97,00                         | 135-04      |
|            | Птица запеченная в сметанно-чесночном соусе (100/20) | 120              | 12,90                   | 11,23 | 5,07     | 174,00                        | ТК№594      |
|            | Каша ячневая вязкая <sup>2</sup>                     | 180              | 5,77                    | 8,47  | 39,85    | 265,20                        | 349-22      |
|            | Сок натуральный (абрикосовый) <sup>6</sup>           | 180              | 0,90                    | 0,00  | 22,86    | 95,40                         | 859-22      |
|            | Хлеб пшеничный                                       | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|            | Хлеб ржаной                                          | 20               | 1,20                    | 0,20  | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|            | Фрукты свежие (персик) <sup>3</sup>                  | 100              | 0,90                    | 0,10  | 9,50     | 45,00                         | 338-17      |
|            | Итого за рацион питания:                             |                  | 1000                    | 28,59 | 30,69    | 125,21                        | 889,2       |
|            |                                                      |                  |                         |       |          |                               | -           |

Неделя: 4  
День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                                      | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                          |                                                         |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                        | 2                                                       | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                     | Икра кабачковая консервированная порционно <sup>4</sup> | 100              | 1,20                    | 2,90  | 6,54     | 57,00                         | 20-17       |
|                          | Борщ "Кубанский" с фасолью                              | 250              | 3,90                    | 4,30  | 16,00    | 144,00                        | 383-06      |
|                          | Котлеты "Полтавские"                                    | 100              | 12,72                   | 15,4  | 14,5     | 250,00                        | 539-22      |
|                          | Каша гречневая с овощами                                | 180              | 6,23                    | 6,23  | 41,47    | 190,00                        | 658-22      |
|                          | Компот из свежих плодов (яблоки) <sup>7</sup>           | 180              | 0,30                    | 0,14  | 10,15    | 43,00                         | 817-22      |
|                          | Хлеб пшеничный                                          | 40               | 2,80                    | 0,80  | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                          | Хлеб ржаной                                             | 30               | 1,80                    | 0,30  | 13,50    | 63,00                         | 24-22       |
| Итого за рацион питания: |                                                         | 880              | 28,95                   | 30,07 | 122,16   | 842,6                         | -           |

Неделя: 4  
День: 5

| Приём пищи                                    | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|
|                                               |                                       |                  | Белки                   | Жиры   | Углеводы |                               |             |
| 1                                             | 2                                     | 3                | 4                       | 5      | 6        | 7                             | 8           |
| Обед                                          | Салат зеленый с огурцом <sup>4</sup>  | 100              | 1,04                    | 6,06   | 2,14     | 67,00                         | 46-24       |
|                                               | Суп гороховый с сухариками (250/25)   | 275              | 6,54                    | 4,56   | 22,89    | 158,00                        | Тк№С/14     |
|                                               | Плов из говядины                      | 280              | 16,87                   | 19,85  | 48,00    | 420,00                        | Тк№ПП22     |
|                                               | Компот из кураги <sup>5</sup>         | 180              | 0,90                    | 0,09   | 14,13    | 60,21                         | 54-2хн-2022 |
|                                               | Хлеб пшеничный                        | 40               | 2,80                    | 0,80   | 20,00    | 95,60                         | 23-22       |
|                                               | Хлеб ржаной                           | 20               | 1,20                    | 0,20   | 9,00     | 42,00                         | 24-22       |
|                                               | Фрукты свежие (мандарин) <sup>3</sup> | 100              | 0,80                    | 0,20   | 7,50     | 38,00                         | 746-22      |
| Итого за рацион питания:                      |                                       | 995              | 30,15                   | 31,76  | 123,66   | 880,81                        | -           |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                       | 4750             | 145,33                  | 151,54 | 627,61   | 4382,91                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                       | 950              | 29,07                   | 30,31  | 125,52   | 876,58                        | -           |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                       | 9531             | 291,02                  | 302,65 | 1251,42  | 8876,59                       | -           |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                       | 953              | 29,10                   | 30,27  | 125,14   | 887,66                        | -           |

Неделя: 1

День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                                              | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |      |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                                               | 3                | Белки                   | Жиры | Углеводы | 7                             | 8           |
|                          |                                                                 |                  | 4                       | 5    | 6        |                               |             |
| Полдник                  | Коржик молочный                                                 | 80               | 4,21                    | 5,20 | 22,40    | 155,00                        | 1040-24     |
|                          | Кисломолочный продукт ("Йогурт" 2,5 % с персиком) <sup>10</sup> | 200              | 5,80                    | 5,00 | 21,80    | 157,00                        | Пром.       |
|                          | Фрукты свежие (мандарин) <sup>9</sup>                           | 100              | 0,80                    | 0,20 | 7,50     | 38,00                         | 746-22      |
| Итого за рацион питания: |                                                                 | 380              | 10,81                   | 10,4 | 51,7     | 350                           | -           |

Неделя: 1

День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                   | 3                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
|                          |                                     |                  | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
|                          | Рулетики "Черемушки"                | 100              | 8,95                    | 9,28  | 30,00    | 254,00                        | №Tex/21     |
|                          | Фрукты свежие (персик) <sup>9</sup> | 100              | 0,90                    | 0,10  | 9,50     | 45,00                         | 338-17      |
|                          | Чай с молоком                       | 200              | 1,60                    | 1,10  | 8,70     | 51,10                         | 54-4гн-2022 |
| Итого за рацион питания: |                                     | 400              | 11,45                   | 10,48 | 48,2     | 350,1                         | -           |

Неделя: 1

День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                   | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                    | 3                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
|                          |                                      |                  | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
| Полдник                  | Пирожок печеный с картофелем и луком | 100              | 6,19                    | 7,70  | 30,25    | 232,00                        | 1036-22     |
|                          | Какао с молоком                      | 180              | 3,67                    | 3,19  | 15,82    | 106,74                        | 382-2017    |
|                          | Фрукты свежие (груша) <sup>9</sup>   | 100              | 0,40                    | 0,30  | 10,30    | 47,00                         | 743-22      |
| Итого за рацион питания: |                                      | 380              | 10,26                   | 11,19 | 56,37    | 385,74                        | -           |

Неделя: 1

День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        | 2                                     | 3                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
|                          |                                       |                  | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
| Полдник                  | Пицца школьная                        | 100              | 7,70                    | 8,54  | 25,54    | 220,00                        | 1100-22     |
|                          | Кофейный напиток с молоком            | 200              | 2,55                    | 2,67  | 15,95    | 101,00                        | 379-2017    |
|                          | Фрукты свежие (апельсин) <sup>9</sup> | 100              | 0,90                    | 0,20  | 8,10     | 43,00                         | 740-22      |
| Итого за рацион питания: |                                       | 400              | 11,15                   | 11,41 | 49,59    | 364                           | -           |

Неделя: 1

День: 5

| Приём пищи                            | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                                     | 2                                     | 3                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
|                                       |                                       |                  | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
| Полдник                               | Слюбя обжаренная                      | 70               | 5,40                    | 4,20  | 27,40    | 183,20                        | ТК №1/8     |
|                                       | Молоко питьевое 2,5% (пром. упаковка) | 200              | 5,80                    | 5,00  | 9,40     | 106,00                        | Пром.       |
|                                       | Фрукты свежие (персик) <sup>9</sup>   | 100              | 0,90                    | 0,10  | 9,50     | 45,00                         | 338-17      |
| Итого за рацион питания:              |                                       | 370              | 12,10                   | 9,30  | 46,30    | 334                           | -           |
| Всего за 5 дней питания:              |                                       | 1930             | 55,77                   | 52,78 | 252,16   | 1784,04                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания: |                                       | 386              | 11,15                   | 10,56 | 50,43    | 356,81                        | -           |

Неделя: 2  
День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                     |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                   | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Полдник    | Ватрушка с творогом                 | 100              | 9,85                    | 10,14 | 32,14    | 242,00                        | №410-017    |
|            | Чай с сахаром                       | 200              | 0,20                    | 0,00  | 6,50     | 26,80                         | 54-2гн-2022 |
|            | Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup> | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47,00                         | 749-22      |
|            | Итого за рацион питания:            | 400              | 10,5                    | 10,5  | 48,4     | 315,8                         | -           |
| Неделя: 2  |                                     |                  |                         |       |          |                               |             |
| День: 2    |                                     |                  |                         |       |          |                               |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                   | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|--------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                      |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                    | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Полдник    | Хачапури с сыром                     | 100              | 7,51                    | 7,56  | 24,01    | 240,00                        | 1064-22     |
|            | Какао с молоком и ванилью            | 200              | 4,80                    | 3,54  | 17,58    | 119,00                        | ТКС№382     |
|            | Фрукты свежие (абрикос) <sup>3</sup> | 100              | 0,40                    | 0,70  | 9,80     | 47,00                         | 739-22      |
|            | Итого за рацион питания:             | 400              | 12,71                   | 11,80 | 51,39    | 406,00                        | -           |
| Неделя: 2  |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| День: 3    |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                     |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                   | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Полдник    | Расстегай с мясом                   | 100              | 12,27                   | 10,72 | 29,97    | 295,00                        | П/9         |
|            | Напиток из цитрусовых               | 180              | 0,10                    | 0,01  | 11,25    | 46,00                         | 965-24      |
|            | Фрукты свежие (персик) <sup>3</sup> | 100              | 0,90                    | 0,10  | 9,50     | 45,00                         | 338-17      |
|            | Итого за рацион питания:            | 380              | 13,27                   | 10,83 | 50,72    | 386,00                        | -           |
| Неделя: 2  |                                     |                  |                         |       |          |                               |             |
| День: 4    |                                     |                  |                         |       |          |                               |             |

| Приём пищи | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |      |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                       |                  | Белки                   | Жиры | Углеводы |                               |             |
| 1          | 2                                     | 3                | 4                       | 5    | 6        | 7                             | 8           |
| Полдник    | Пирожок печеный с джемом              | 75               | 6,39                    | 6,93 | 24,15    | 198,00                        | ТКС№143     |
|            | Кофейный напиток с молоком            | 180              | 2,84                    | 2,41 | 14,36    | 90,00                         | 379-2017    |
|            | Фрукты свежие (нектарин) <sup>3</sup> | 100              | 1,10                    | 0,30 | 11,10    | 48,00                         | 338-17      |
|            | Итого за рацион питания:              | 355              | 10,33                   | 9,64 | 49,61    | 336                           | -           |
| Неделя: 2  |                                       |                  |                         |      |          |                               |             |
| День: 5    |                                       |                  |                         |      |          |                               |             |

| Приём пищи                                    | Наименование блюда                   | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|                                               |                                      |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| 1                                             | 2                                    | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
| Полдник                                       | Пирожок печеный с картофелем и луком | 100              | 6,19                    | 7,70  | 30,25    | 232,00                        | 1036-22     |
|                                               | Какао с молоком                      | 180              | 3,67                    | 3,19  | 15,82    | 106,74                        | 382-2017    |
|                                               | Фрукты свежие (абрикос) <sup>3</sup> | 100              | 0,40                    | 0,70  | 9,80     | 47,00                         | 739-22      |
|                                               | Итого за рацион питания:             | 380              | 10,26                   | 11,59 | 55,87    | 385,74                        | -           |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                      |                  |                         |       |          |                               |             |

Неделя: 3  
День: 1

| Приём пищи               | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |      |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        |                                       | 2                | Белки                   | Жиры | Углеводы | 7                             | 8           |
| Полдник                  | Коржик молочный                       | 3                | 4                       | 5    | 6        |                               |             |
|                          | Молоко питьевое 2,5% (пром. упаковка) | 80               | 4,21                    | 5,20 | 22,40    | 155,00                        | 1040-24     |
|                          | Фрукты свежие (груша) <sup>у</sup>    | 200              | 5,80                    | 5,00 | 9,40     | 106,00                        | Пром.       |
|                          | Итого за рацион питания:              | 100              | 0,40                    | 0,30 | 10,30    | 47,00                         | 743-22      |
| Итого за рацион питания: |                                       | 380              | 10,41                   | 10,5 | 42,1     | 308                           | -           |

Неделя: 3  
День: 2

| Приём пищи               | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        |                                       | 2                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
| Полдник                  | Рулетик "Черемушки"                   | 3                | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
|                          | Фрукты свежие (мандарин) <sup>у</sup> | 100              | 8,95                    | 9,28  | 30,00    | 254,00                        | №Тех/21     |
|                          | Какао с молоком                       | 100              | 0,80                    | 0,20  | 7,50     | 38,00                         | 746-22      |
|                          | Итого за рацион питания:              | 180              | 3,67                    | 3,19  | 15,82    | 106,74                        | 382-2017    |
| Итого за рацион питания: |                                       | 380              | 13,42                   | 12,67 | 53,32    | 398,74                        | -           |

Неделя: 3  
День: 3

| Приём пищи               | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |      |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        |                                       | 2                | Белки                   | Жиры | Углеводы | 7                             | 8           |
| Полдник                  | Пицца школьная                        | 3                | 4                       | 5    | 6        |                               |             |
|                          | Чай с молоком                         | 100              | 7,70                    | 8,54 | 25,54    | 220,00                        | 1100-22     |
|                          | Фрукты свежие (апельсин) <sup>у</sup> | 200              | 1,60                    | 1,10 | 8,70     | 51,10                         | 54-4тн-2022 |
|                          | Итого за рацион питания:              | 100              | 0,90                    | 0,20 | 8,10     | 43,00                         | 740-22      |
| Итого за рацион питания: |                                       | 400              | 10,20                   | 9,84 | 42,34    | 314                           | -           |

Неделя: 3  
День: 4

| Приём пищи               | Наименование блюда                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                        |                                    | 2                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
| Полдник                  | Пирожок с капустой и луком         | 3                | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
|                          | Чай яблочный                       | 70               | 8,25                    | 9,36  | 21,25    | 207,00                        | 1034-22     |
|                          | Фрукты свежие (слива) <sup>у</sup> | 200              | 0,10                    | 0,50  | 17,45    | 65,00                         | 886-24      |
|                          | Итого за рацион питания:           | 100              | 0,90                    | 0,40  | 7,30     | 41,00                         | 747-22      |
| Итого за рацион питания: |                                    | 370              | 9,25                    | 10,26 | 46,00    | 313                           | -           |

Неделя: 3  
День: 5

| Приём пищи                            | Наименование блюда                    | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|---------------------------------------|---------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
| 1                                     |                                       | 2                | Белки                   | Жиры  | Углеводы | 7                             | 8           |
| Полдник                               | Сдоба обжаренная                      | 3                | 4                       | 5     | 6        |                               |             |
|                                       | Молоко питьевое 2,5% (пром. упаковка) | 70               | 5,40                    | 4,20  | 27,40    | 183,20                        | Тк №П/8     |
|                                       | Фрукты свежие (персик) <sup>у</sup>   | 200              | 5,80                    | 5,00  | 9,40     | 106,00                        | Пром.       |
|                                       | Итого за рацион питания:              | 100              | 0,90                    | 0,10  | 9,50     | 45,00                         | 338-17      |
| Итого за рацион питания:              |                                       | 370              | 12,10                   | 9,30  | 46,30    | 334                           | -           |
| Всего за 5 дней питания:              |                                       | 1910             | 56,39                   | 53,89 | 239,93   | 1740,78                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания: |                                       | 382              | 11,28                   | 10,78 | 47,99    | 348,16                        | -           |

Неделя: 4  
День: 1

| Приём пищи | Наименование блюда                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                    |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| Подник     | 2                                  | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
|            | Ватрушка с творогом                | 100              | 9,85                    | 10,14 | 32,14    | 242,00                        | №410-017    |
|            | Чай с сахаром и лимоном            | 200              | 0,30                    | 0,00  | 6,70     | 27,90                         | 54-3гн-2022 |
|            | Фрукты свежие (груша) <sup>у</sup> | 100              | 0,40                    | 0,30  | 10,30    | 47,00                         | 743-22      |
|            | Итого за рацион питания:           | 400              | 10,55                   | 10,44 | 49,14    | 316,90                        | -           |

Неделя: 4  
День: 2

| Приём пищи | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |       |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                     |                  | Белки                   | Жиры  | Углеводы |                               |             |
| Подник     | 2                                   | 3                | 4                       | 5     | 6        | 7                             | 8           |
|            | Хачапури с сыром                    | 100              | 7,51                    | 7,56  | 24,01    | 240,00                        | 1064-22     |
|            | Какао с молоком и ванилью           | 200              | 4,80                    | 3,54  | 17,58    | 119,00                        | ТК№382      |
|            | Фрукты свежие (яблоко) <sup>у</sup> | 100              | 0,40                    | 0,40  | 9,80     | 47,00                         | 749-22      |
|            | Итого за рацион питания:            | 400              | 12,71                   | 11,50 | 51,39    | 406,00                        | -           |

Неделя: 4  
День: 3

| Приём пищи | Наименование блюда                 | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |      |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                    |                  | Белки                   | Жиры | Углеводы |                               |             |
| Подник     | 2                                  | 3                | 4                       | 5    | 6        | 7                             | 8           |
|            | Расстегай с мясом                  | 75               | 9,20                    | 8,04 | 22,48    | 260,00                        | П/9         |
|            | Чай с молоком                      | 200              | 1,60                    | 1,10 | 8,70     | 51,00                         | 54-4гн-2022 |
|            | Фрукты свежие (слива) <sup>у</sup> | 100              | 0,90                    | 0,40 | 7,30     | 41,00                         | 747-22      |
|            | Итого за рацион питания:           | 375              | 11,70                   | 9,54 | 38,48    | 352,00                        | -           |

Неделя: 4  
День: 4

| Приём пищи | Наименование блюда                                        | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |      |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|------------|-----------------------------------------------------------|------------------|-------------------------|------|----------|-------------------------------|-------------|
|            |                                                           |                  | Белки                   | Жиры | Углеводы |                               |             |
| Подник     | 2                                                         | 3                | 4                       | 5    | 6        | 7                             | 8           |
|            | Пирожок печеный с джемом                                  | 75               | 1,87                    | 5,93 | 24,15    | 198,00                        | Тх№144      |
|            | Кофейный напиток с молоком                                | 200              | 2,55                    | 2,67 | 15,95    | 101,00                        | 379-2017    |
|            | Биотворог "клубника, банан, яблоко" (пром.) <sup>10</sup> | 100              | 7,0                     | 4,2  | 9,6      | 104,2                         | Пром.       |
|            | Итого за рацион питания:                                  | 375              | 11,42                   | 12,8 | 49,7     | 403,2                         | -           |

Неделя: 4  
День: 5

| Прём пищи                                     | Наименование блюда                  | Вес блюда, грамм | Пищевые вещества, грамм |        |          | Энергетическая ценность, Ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------|------------------|-------------------------|--------|----------|-------------------------------|-------------|
|                                               |                                     |                  | Белки                   | Жиры   | Углеводы |                               |             |
| 1                                             | Полдник                             | 3                | 4                       | 5      | 6        | 7                             | 8           |
|                                               |                                     |                  |                         |        |          |                               |             |
|                                               |                                     |                  |                         |        |          |                               |             |
|                                               |                                     |                  |                         |        |          |                               |             |
|                                               | Пшеница школьная                    | 120              | 9,24                    | 10,25  | 30,64    | 220,00                        | 1100-22     |
|                                               | Чай с сахаром                       | 200              | 0,20                    | 0,00   | 6,50     | 26,80                         | 54-2гн-2022 |
|                                               | Фрукты свежие (яблоко) <sup>3</sup> | 100              | 0,40                    | 0,40   | 9,80     | 47,00                         | 749-22      |
|                                               | Итого за рацион питания:            | 420              | 9,84                    | 10,65  | 46,94    | 293,80                        | -           |
| Всего за 5 дней питания:                      |                                     | 1970             | 56,22                   | 54,93  | 235,65   | 1771,90                       | -           |
| Средние показатели за 5 дней питания:         |                                     | 394              | 11,24                   | 10,99  | 47,13    | 354,38                        | -           |
| Всего за цикл питания (10 дней):              |                                     | 3880             | 112,61                  | 108,82 | 475,58   | 3512,68                       | -           |
| Средние показатели за цикл питания (10 дней): |                                     | 388              | 11,26                   | 10,88  | 47,56    | 351,27                        | -           |

ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):

- 1 - замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименования с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 - приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3 - выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4 - выдача других овощей (свежих или соевых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 5 - приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 6 - выдача сока натурального из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7 - приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 8 - выдача других кондитерских изделий, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 9 - приготовление блюда из других видов рыб, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 10 - выдача другого кисломолочного продукта, при условии отсутствия повторности, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель органа инспекции  
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае»



## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

№ 4484/03 «20» 08 2025 года

по результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы

*основного (организованного) меню для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар*

Производство экспертизы начато: 20.08.2025г. в 09.00ч.

Производство экспертизы окончено: 20.08.2025г. в 11.00ч.

- Основание:** заявление директора АНО «Школьное питание» Краснодеева В.А., зарегистрированное в ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае» вх.№ 4367 от 03.06.2025г.
- Заявитель:** АНО «Школьное питание»;  
**Юридический адрес:** 350059, Краснодарский край, г. Краснодар, Центральный внутригородской округ ул. Старокубанская, 149, стр. 1;  
**ИНН:** 2312318995;  
**ОГРН:** 1232300029829  
**Фактический адрес:** 350059, Краснодарский край, г. Краснодар, Центральный внутригородской округ ул. Старокубанская, 149, стр. 1.
- Разработчик:** АНО «Школьное питание»;  
**Юридический адрес:** 350059, Краснодарский край, г. Краснодар, Центральный внутригородской округ ул. Старокубанская, 149, стр. 1;  
**Фактический адрес:** 350059, Краснодарский край, г. Краснодар, Центральный внутригородской округ ул. Старокубанская, 149, стр. 1.
- Цель экспертизы:** на соответствие требованиям: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» раздел II, п.2.8; раздел V, п.5.2, раздел VIII, п.8.1, п.8.1.2, п.8.1.3; п.8.1.4; п.8.1.5; п.8.1.6; п.8.1.9.
- Перечень рассмотренных материалов:**
  - ✓ основное (организованное) меню для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар;
  - ✓ технологические карты;
  - ✓ пояснительная записка.

Продолжение:  
Страницы № 2-6

192185

ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Краснодарском крае», 350000 г. Краснодар, ул. Тоголя/Раппельская, 56/1/ /61/1, тел. (861) 267-34-02, факс 267-33-98, e-mail: gorses@mail.kuban.ru

#### 6. Санитарно-эпидемиологическая оценка:

На экспертизу представлено основное (организованное) меню для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар утвержденное директором АНО «Школьное питание», технологические карты, пояснительная записка.

По результатам экспертизы основного (организованного) меню установлено:

- 1) Меню разработано на основании сформированного рациона питания, включающего распределение перечня блюд, кулинарных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (п.8.1.2, п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);
- 2) Меню разработано на период 4х недель (20 дней, предусмотрено с понедельника по пятницу), дифференцировано по возрасту детей 12 лет и старше (п.8.1.4 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);
- 3) В меню предусмотрено распределение блюд, кулинарных, мучных, кондитерских и хлебобулочных изделий по отдельным приемам пищи (п.8.1.2 приложение № 12);
- 4) Меню содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, приведены ссылки на рецептуры используемых блюд, в соответствии со сборниками рецептур (п.8.1.4 приложение 8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);
- 5) В технологических картах указана температура блюд при раздаче, что соответствует требованиям п. 5.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20;
- 6) Наименования блюд, указанных в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических картах; в меню, с учетом выхода блюд, данные пищевых веществ, энергетической ценности соответствуют данным представленных технологических карт (п.2.8 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);
- 7) Запрещенные блюда (пищевая продукция) в меню отсутствуют (п.8.1.9 приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20);
- 8) Согласно пояснительной записке, профилактика йод - дефицитных заболеваний осуществляется путем введения в рацион йодированной соли, что соответствует требованиям п.8.1.6, приложения 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
- 9) Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям п.8.1.2 приложения № 9 таблицы 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.
- 10) В меню соблюдены требования п.8.1.2 приложения № 9 таблицы 1, 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по массе порций блюд и кулинарных изделий.
- 11) В меню соблюдены требования по среднему % энергетической и пищевой ценности за неделю для детей 12 лет и старше, что соответствует требованиям п. 8.1.2.3, приложения № 10 таблица 3 СанПиН 2.3/2.4.3590-20) (приложение № 1, №2)

**7. Вывод:** основное (организованное) меню для организации питания обучающихся возрастной группы 12 лет и старше в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар, соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» раздел II, п.2.8; раздел V, п.5.2, раздел VIII, п.8.1, п.8.1.2, п.8.1.3; п.8.1.4; п.8.1.5; п.8.1.6; п.8.1.9.

Врач по общей гигиене  
тел. 204-77-24 (доб.331,332)



Маменко Е.Ю.

Куби

Приложение № 1

| 1,2,3,4 недели      |           |               | 1 неделя    |             |             |             |             | 2 недели                                                     |             |             |             |             | 3 недели    |                                                              |             |             |             | 4 недели    |             |                                                          |  |  |
|---------------------|-----------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------------------------------------|--|--|
| Присм<br>пищи       | %         | Ккал          | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           | Среднее<br>количес<br>тво<br>ккал/сре<br>дний %<br>за 5 дней | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           | Среднее<br>количес<br>тво<br>ккал/сре<br>дний %<br>за 5 дней | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           | Среднее<br>количество<br>ккал/средн<br>ий % за 5<br>дней |  |  |
| Суточная<br>и норма | 100       | 2720          | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           |                                                              | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           |                                                              | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           |                                                          |  |  |
| Фактиче<br>ски      | 50-<br>60 | 1360-<br>1632 | 1533,<br>85 | 1581,<br>00 | 1620,<br>10 | 1532,<br>81 | 1458,<br>45 | 1545,24                                                      | 1632,<br>10 | 1504,<br>48 | 1551,<br>00 | 1593,<br>70 | 1522,<br>69 | 1560,79                                                      | 1518,<br>10 | 1597,<br>38 | 1618,<br>39 | 1557,<br>11 | 1579,<br>30 | 1574,06                                                  |  |  |
| отклонение<br>+/-5% |           |               | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                         | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                         | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                     |  |  |
| Завтрак             | 20-<br>25 | 544-761       | 633,4<br>0  | 643,6<br>0  | 715,5<br>0  | 684,3<br>0  | 603,6<br>0  | 656,08                                                       | 693,5<br>0  | 635,6<br>0  | 631,6<br>0  | 681,1<br>0  | 633,8<br>8  | 655,14                                                       | 634,5<br>0  | 716,6<br>0  | 683,6<br>0  | 647,6<br>0  | 665,6<br>0  | 669,58                                                   |  |  |
| отклонение<br>+/-5% |           |               | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                         | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                         | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                     |  |  |
| обед                | 30-<br>35 | 816-952       | 900,4<br>5  | 937,4<br>0  | 904,6<br>0  | 848,5<br>1  | 854,8<br>5  | 889,16                                                       | 938,6<br>0  | 868,8<br>8  | 919,4<br>0  | 912,6<br>0  | 888,8<br>1  | 905,66                                                       | 883,6<br>0  | 880,7<br>8  | 934,7<br>9  | 909,5<br>1  | 913,7<br>0  | 904,48                                                   |  |  |
| отклонение<br>+/-5% |           |               | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                         | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                         | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                     |  |  |

Белки

Белки

| 1,2,3,4 недели      |           |         | 1неделя |       |       |       |                                                                   | 2неделя |       |       |       |                                                                   | 3неделя |       |       |       |                                                                   | 4неделя |       |       |       |                                                            |       |       |       |
|---------------------|-----------|---------|---------|-------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|-------|------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|
| Присм<br>пищи       | %         | Белки   |         |       |       |       | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |         |       |       |       | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |         |       |       |       | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |         |       |       |       | Среднее<br>количество<br>белков/сред<br>ний % за 5<br>дней |       |       |       |
| Суточная<br>и норма | 100       | 90      | 1       | 2     | 3     | 4     | 5                                                                 | 1       | 2     | 3     | 4     | 5                                                                 | 1       | 2     | 3     | 4     | 5                                                                 | 1       | 2     | 3     | 4     | 5                                                          |       |       |       |
| Фактиче<br>ски      | 50-<br>60 | 45-54   | 51,23   | 53,50 | 52,77 | 50,63 | 51,34                                                             | 51,89   | 48,70 | 52,06 | 50,11 | 52,20                                                             | 52,74   | 51,16 | 49,42 | 51,81 | 52,63                                                             | 51,80   | 48,90 | 50,91 | 50,29 | 49,94                                                      | 50,24 | 49,98 | 51,53 |
| отклонение +/-5%    |           |         | -       | -     | -     | -     | -                                                                 | 0,00    | -     | -     | -     | -                                                                 | -       | 0,00  | -     | -     | -                                                                 | -       | -     | 0,00  | -     | -                                                          | -     | -     | 0,00  |
| Завтрак             | 20-<br>25 | 18-22,5 | 21,82   | 22,22 | 22,47 | 21,92 | 22,07                                                             | 22,10   | 21,21 | 22,30 | 20,80 | 21,57                                                             | 22,24   | 21,62 | 21,82 | 22,21 | 21,35                                                             | 22,20   | 21,87 | 21,89 | 20,42 | 21,62                                                      | 21,65 | 21,03 | 21,38 |
| отклонение +/-5%    |           |         | -       | -     | -     | -     | -                                                                 | 0,00    | -     | -     | -     | -                                                                 | -       | 0,00  | -     | -     | -                                                                 | -       | -     | 0,00  | -     | -                                                          | -     | -     | 21,22 |
| обед                | 30-<br>35 | 27-31,5 | 29,41   | 31,28 | 30,30 | 28,71 | 29,27                                                             | 29,79   | 27,49 | 29,76 | 29,31 | 30,63                                                             | 30,50   | 29,54 | 27,60 | 29,60 | 31,28                                                             | 29,60   | 27,03 | 29,02 | 29,87 | 28,32                                                      | 28,59 | 28,95 | 30,15 |
| отклонение +/-5%    |           |         | -       | -     | -     | -     | -                                                                 | 0,00    | -     | -     | -     | -                                                                 | -       | 0,00  | -     | -     | -                                                                 | -       | -     | 0,00  | -     | -                                                          | -     | -     | 29,18 |
|                     |           |         |         |       |       |       |                                                                   |         |       |       |       |                                                                   |         |       |       |       |                                                                   |         |       |       |       |                                                            |       |       | 0,00  |

**Жиры**

| 1,2,3,4 недели      |           |               | 1 неделя |       |       |       |       | 2 неделя                                                           |       |       |       |       | 3 неделя |                                                                    |       |       |       | 4 неделя |       |                                                                    |       |       |       |       |       |                                                           |
|---------------------|-----------|---------------|----------|-------|-------|-------|-------|--------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|--------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|----------|-------|--------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-----------------------------------------------------------|
| Присл<br>линии      | %         | Жиры          |          |       |       |       |       | Среднее<br>количеств<br>во<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |       |       |       |       |          | Среднее<br>количеств<br>во<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |       |       |       |          |       | Среднее<br>количеств<br>во<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |       |       |       |       |       | Среднее<br>количество<br>жиров/сред<br>ний % за 5<br>дней |
| Суточная<br>и норма | 100       | 92            | 1        | 2     | 3     | 4     | 5     | 1                                                                  | 2     | 3     | 4     | 5     | 1        | 2                                                                  | 3     | 4     | 5     | 1        | 2     | 3                                                                  | 4     | 5     |       |       |       |                                                           |
| Фактиче<br>ски      | 50-<br>60 | 46-55,2       | 54,29    | 49,47 | 54,08 | 54,17 | 50,17 | 52,44                                                              | 51,58 | 52,06 | 52,39 | 53,83 | 54,81    | 52,93                                                              | 51,42 | 52,66 | 52,51 | 54,24    | 51,04 | 52,37                                                              | 51,56 | 49,25 | 49,48 | 52,57 | 54,27 |                                                           |
| отклонение +/-5%    |           |               | -        | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -        | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -        | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -     |                                                           |
| Завтрак             | 20-<br>25 | 18,4-23       | 22,80    | 21,81 | 22,75 | 22,73 | 20,22 | 22,06                                                              | 21,61 | 22,75 | 20,86 | 22,59 | 22,85    | 22,13                                                              | 20,42 | 22,35 | 22,97 | 23,00    | 22,56 | 22,26                                                              | 20,14 | 21,13 | 18,79 | 22,50 | 22,51 |                                                           |
| отклонение +/-5%    |           |               | -        | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -        | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -        | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                      |
| обед                | 30-<br>35 | 27,6-<br>32,2 | 31,49    | 27,66 | 31,33 | 31,44 | 29,95 | 30,37                                                              | 29,97 | 29,31 | 31,53 | 31,24 | 31,96    | 30,80                                                              | 31,00 | 30,31 | 29,54 | 31,24    | 28,48 | 30,11                                                              | 31,42 | 28,12 | 30,69 | 30,07 | 31,76 |                                                           |
| отклонение +/-5%    |           |               | -        | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -        | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -        | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                      |
| Углеводы            |           |               |          |       |       |       |       |                                                                    |       |       |       |       |          |                                                                    |       |       |       |          |       |                                                                    |       |       |       |       |       |                                                           |
| 1,2,3,4 недели      |           |               |          |       |       |       |       |                                                                    |       |       |       |       |          |                                                                    |       |       |       |          |       |                                                                    |       |       |       |       |       |                                                           |

| 1,2,3,4 недели      |                     |              | 1 неделя |       |       |       |       | 2 недели                                                          |       |       |       |       | 3 недели |                                                                   |       |       |       | 4 недели |       |                                                               |       |       |       |       |
|---------------------|---------------------|--------------|----------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|----------|-------|---------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| Присем<br>пищи      | %                   | Углево<br>ды |          |       |       |       |       | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |       |       |       |       |          | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |       |       |       |          |       | Среднее<br>количество<br>углеводов/с<br>редний %<br>за 5 дней |       |       |       |       |
| Суточная<br>и норма | 100                 | 383          | 1        | 2     | 3     | 4     | 5     | 1                                                                 | 2     | 3     | 4     | 5     | 1        | 2                                                                 | 3     | 4     | 5     | 1        | 2     | 3                                                             | 4     | 5     |       |       |
| Фактиче<br>ски      | 50-<br>191,5-<br>60 | 229,8        | 215,3    | 222,2 | 220,3 | 213,7 | 204,3 | 225,7                                                             | 209,2 | 216,7 | 219,0 | 209,1 | 219,0    | 215,5                                                             | 223,2 | 219,2 | 197,4 | 205,2    | 214,6 | 205,8                                                         | 211,7 | 206,1 |       |       |
| отклонение<br>+/-5% |                     |              | 8        | 2     | 8     | 8     | 8     | 3                                                                 | 3     | 7     | 0     | 4     | 8        | 9                                                                 | 4     | 5     | 5     | 3        | 1     | 5                                                             | 9     | 3     |       |       |
| Завтрак             | 20-<br>76,6-<br>25  | 95,75        | 86,07    | 92,39 | 94,86 | 94,26 | 83,06 | 91,87                                                             | 92,56 | 87,96 | 85,20 | 85,89 | 88,70    | 92,08                                                             | 89,76 | 92,62 | 87,60 | 80,79    | 88,57 | 80,25                                                         | 91,00 | 80,64 | 89,63 | 82,47 |
| отклонение<br>+/-5% |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     | -     |       |
| обед                | 30-<br>114,9-<br>35 | 134,05       | 129,3    | 129,8 | 125,5 | 119,5 | 121,3 | 133,8                                                             | 116,6 | 128,8 | 133,8 | 123,2 | 127,0    | 125,8                                                             | 130,6 | 131,6 | 116,6 | 124,9    | 123,6 | 125,2                                                         | 122,1 | 123,6 |       |       |
| отклонение<br>+/-5% |                     |              | 1        | 3     | 2     | 2     | 2     | 6                                                                 | 7     | 1     | 0     | 5     | 0        | 3                                                                 | 2     | 5     | 6     | 8        | 1     | 1                                                             | 6     | 6     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        | -                                                                 | -     | -     | -     | -        | -     | -                                                             | -     | -     |       |       |
|                     |                     |              | -        | -     | -     | -     | -     | -                                                                 | -     | -     | -     | -     | -        |                                                                   |       |       |       |          |       |                                                               |       |       |       |       |

**Ккал**

| 1,2,3,4 недели      |           | 1 неделя      |             |             |             |             | 2 неделя                                                       |             |             |             |             | 3 неделя    |                                                                   |             |             |             | 4 неделя    |             |                                                                   |             |             |             |             |             |             |      |
|---------------------|-----------|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|------|
| Прим<br>пищи        | %<br>Ккал | 1             | 2           | 3           | 4           | 5           | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/ср<br>едний %<br>за 5 дней | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний %<br>за 5<br>дней | 1           | 2           | 3           | 4           | 5           | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний %<br>за 5<br>дней |             |             |             |             |             |             |      |
|                     |           |               |             |             |             |             |                                                                |             |             |             |             |             |                                                                   |             |             |             |             |             |                                                                   |             |             |             |             |             |             |      |
| Суточная<br>и норма | 100       | 2720          |             |             |             |             |                                                                |             |             |             |             |             |                                                                   |             |             |             |             |             |                                                                   |             |             |             |             |             |             |      |
| Фактиче<br>ски      | 40-<br>50 | 1088-<br>1360 | 1250,<br>45 | 1287,<br>50 | 1290,<br>34 | 1212,<br>51 | 1188,<br>85                                                    | 1254,<br>40 | 1274,<br>88 | 1305,<br>40 | 1248,<br>60 | 1274,<br>55 | 1271,<br>57                                                       | 1191,<br>60 | 1279,<br>52 | 1248,<br>79 | 1222,<br>51 | 1247,<br>70 | 1238,<br>02                                                       | 1198,<br>60 | 1265,<br>90 | 1241,<br>20 | 1245,<br>80 | 1174,<br>61 | 1225,<br>22 |      |
| отклонение +/-5%    |           |               | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                           | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                              | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                              | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00        |      |
| Обед                | 30-<br>35 | 816-952       | 900,4       | 937,4       | 904,6       | 848,5       | 854,8                                                          | 938,6       | 868,8       | 919,4       | 912,6       | 888,8       | 905,66                                                            | 883,6       | 880,7       | 934,7       | 909,5       | 913,7       | 904,48                                                            | 881,7       | 859,9       | 889,2       | 842,6       | 880,8       | -           | 0,00 |
| отклонение +/-5%    |           |               | 5           | 0           | 0           | 1           | 5                                                              | 0           | 8           | 0           | 0           | 1           | 0,00                                                              | 0           | 8           | 9           | 1           | 0           | 904,48                                                            | 0           | 0           | 0           | 0           | 1           | 870,84      |      |
| Полдник             | 10-<br>15 | 272-408       | 350,0       | 350,1       | 385,7       | 364,0       | 334,0                                                          | 315,8       | 406,0       | 386,0       | 336,0       | 385,7       | 365,77                                                            | 308,0       | 398,7       | 314,0       | 313,0       | 334,0       | 333,55                                                            | 316,9       | 406,0       | 352,0       | 403,2       | 293,8       | 0           | 0,00 |
| отклонение +/-5%    |           |               | 0           | 0           | 4           | 0           | 0                                                              | 0           | 0           | 0           | 4           | 4           | 365,91                                                            | 0           | 4           | 0           | 0           | 0           | 333,55                                                            | 0           | 0           | 0           | 0           | 0           | 354,38      |      |
| Ужин                |           |               | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                           | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                              | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                              | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00        |      |
| Всего               |           |               | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                           | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                              | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00                                                              | -           | -           | -           | -           | -           | 0,00        |      |

**Белки**

| 1,2,3,4 недели    |           |         | 1неделя |       |       |       |       | 2неделя                                                         |       |       |       |       | 3неделя |                                                                     |       |       |       | 4неделя |       |                                                                    |       |       |       |       |       |                                                                     |
|-------------------|-----------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|-----------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|---------|---------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|---------|-------|--------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------------------------------------------------------------|
| Прим<br>пищи      | %         | Белки   |         |       |       |       |       |                                                                 |       |       |       |       |         |                                                                     |       |       |       |         |       |                                                                    |       |       |       |       |       |                                                                     |
| Суточная<br>норма | 100       | 90      | 1       | 2     | 3     | 4     | 5     | Среднее<br>количеств<br>во<br>белков/ср<br>едний %<br>за 5 дней | 1     | 2     | 3     | 4     | 5       | Среднее<br>количеств<br>тво<br>белков/<br>средний<br>% за 5<br>дней | 1     | 2     | 3     | 4       | 5     | Среднее<br>количеств<br>во<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней | 1     | 2     | 3     | 4     | 5     | Среднее<br>количеств<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |
| Фактиче<br>ски    | 40-<br>50 | 36-45   | 40,22   | 42,73 | 40,56 | 39,86 | 41,37 | 40,95                                                           | 37,99 | 42,47 | 42,58 | 40,96 | 40,76   | 40,95                                                               | 38,01 | 43,02 | 41,48 | 38,85   | 39,13 | 40,10                                                              | 40,42 | 41,03 | 40,29 | 40,37 | 39,99 | 40,42                                                               |
| отклонение +/-5%  |           |         | -       | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                            | -     | -     | -     | -     | -       | 0,00                                                                | -     | -     | -     | -       | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                                |
| Обед              | 30-<br>35 | 18-22,5 | 29,41   | 31,28 | 30,30 | 28,71 | 29,27 | 29,79                                                           | 27,49 | 29,76 | 29,31 | 30,63 | 30,50   | 29,54                                                               | 27,60 | 29,60 | 31,28 | 29,60   | 27,03 | 29,02                                                              | 29,87 | 28,32 | 28,59 | 28,95 | 30,15 | 29,18                                                               |
| отклонение +/-5%  |           |         | -       | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                            | -     | -     | -     | -     | -       | 0,00                                                                | -     | -     | -     | -       | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                                |
| Полдник           | 10-<br>15 | 9-13,5  | 10,81   | 11,45 | 10,26 | 11,15 | 12,10 | 11,15                                                           | 10,50 | 12,71 | 13,27 | 10,33 | 10,26   | 11,41                                                               | 10,41 | 13,42 | 10,20 | 9,25    | 12,10 | 11,08                                                              | 10,55 | 12,71 | 11,70 | 11,42 | 9,84  | 11,24                                                               |
| отклонение +/-5%  |           |         | -       | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                            | -     | -     | -     | -     | -       | 0,00                                                                | -     | -     | -     | -       | -     | 0,00                                                               | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                                |

**Жұпы**

| 1,2,3,4 недели    |           |               | 1 неделя |       |       |       |       | 2 недели                                                       |       |       |       |       | 3 недели |                                                                   |       |       |       | 4 недели |       |                                                                   |       |       |       |       |       |                                                                  |
|-------------------|-----------|---------------|----------|-------|-------|-------|-------|----------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|----------|-------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|----------|-------|-------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------------------------------------------------------------------|
| Прим<br>пищи      | %         | Жиры          |          |       |       |       |       |                                                                |       |       |       |       |          |                                                                   |       |       |       |          |       |                                                                   |       |       |       |       |       |                                                                  |
| Суточная<br>норма | 100       | 92            | 1        | 2     | 3     | 4     | 5     | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/ср<br>едний %<br>за 5 дней | 1     | 2     | 3     | 4     | 5        | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/<br>средний<br>% за 5<br>дней | 1     | 2     | 3     | 4        | 5     | Среднее<br>количес<br>тво<br>белков/с<br>редний<br>% за 5<br>дней | 1     | 2     | 3     | 4     | 5     | Среднее<br>количес<br>тво<br>жиров/с<br>редний<br>% за 5<br>дней |
| Фактиче<br>ские   | 40-<br>50 | 36,8-46       | 41,89    | 38,14 | 42,52 | 42,85 | 39,25 | 40,93                                                          | 40,47 | 41,11 | 42,36 | 40,88 | 43,55    | 41,67                                                             | 41,50 | 42,98 | 39,38 | 41,50    | 37,78 | 40,63                                                             | 41,86 | 39,62 | 40,23 | 42,87 | 42,41 | 41,40                                                            |
| отклонение +/-5%  | -         | -             | -        | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                           | -     | -     | -     | -     | -        | 0,00                                                              | -     | -     | -     | -        | -     | 0,00                                                              | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                             |
| Обед              | 30-<br>35 | 27,6-<br>32,2 | 31,49    | 27,66 | 31,33 | 31,44 | 29,95 | 30,37                                                          | 29,97 | 29,31 | 31,53 | 31,24 | 31,96    | 30,80                                                             | 31,00 | 30,31 | 29,54 | 31,24    | 28,48 | 30,11                                                             | 31,42 | 28,12 | 30,69 | 30,07 | 31,76 | 30,41                                                            |
| отклонение +/-5%  | -         | -             | -        | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                           | -     | -     | -     | -     | -        | 0,00                                                              | -     | -     | -     | -        | -     | 0,00                                                              | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                             |
| Подлив            | 10-<br>15 | 9,2-13,8      | 10,40    | 10,48 | 11,19 | 11,41 | 9,30  | 10,56                                                          | 10,50 | 11,80 | 10,83 | 9,64  | 11,59    | 10,87                                                             | 10,50 | 12,67 | 9,84  | 10,26    | 9,30  | 10,51                                                             | 10,44 | 11,50 | 9,54  | 12,80 | 10,65 | 10,99                                                            |
| отклонение +/-5%  | -         | -             | -        | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                           | -     | -     | -     | -     | -        | 0,00                                                              | -     | -     | -     | -        | -     | 0,00                                                              | -     | -     | -     | -     | -     | 0,00                                                             |

Углеводы

## Узловоды

[illegible]