

Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 24  
имени генерала Н.И. Вавилова  
Толмачева Н.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

**ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ПЕРИОД: ЗИМА - ВЕСНА**

2025 - \_\_\_ г.г.

**Возрастная категория: 12 лет и старше**

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя  1 -я День 1 -й	Наггетсы	100	11,91	5,70	17,64	169,50	71	595/22
	Ризотто	180	4,01	4,87	30,03	180,00	36	381/22
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	104	501 /21
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за завтрак</b>		<b>660</b>	<b>19,99</b>	<b>12,15</b>	<b>118,93</b>	<b>671,61</b>		
Норма по СанПин 25%			22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы +/- %			-2,79	-11,79	6,05	-0,31		
<b>ОБЕД</b>								
неделя  1 -я День 1 -й	Горошек зелёный	100	2,83	0,17	5,83	36,83	5	54-20з/22
	Борщ из свежей капусты со сметаной	250	1,44	5,17	6,19	77,00	21	93 / 21
	Омлет с сыром	215	14,56	28,06	4,61	329,21	52	418/22
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	12	53-19з/22
	Кофейный напиток с молоком	200	6,32	4,99	27,51	179,39	98	465 / 21
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.	
<b>итого за обед</b>		<b>885</b>	<b>28,53</b>	<b>47,15</b>	<b>97,71</b>	<b>929,61</b>		
Норма по СанПин 35%			31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы +/- %			-3,30	16,25	-9,49	-0,82		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 1 -й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,08	0,20	20,20	86,00	104	501 /21
	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	120	10,03	4,02	15,14	136,85	72	614/22
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>12,51</b>	<b>4,72</b>	<b>48,37</b>	<b>285,03</b>		
Норма по СанПин 10%			9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы +/- %			3,90	-4,88	2,63	0,48		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>48,52</b>	<b>59,30</b>	<b>216,64</b>	<b>1601,22</b>		
Норма по СанПин 60%			54,00	55,20	229,80	1632,00		
отклонение от нормы (+ / - ) %			-6,09	4,46	-3,44	-1,13		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>41,04</b>	<b>51,87</b>	<b>146,08</b>	<b>1214,64</b>		
Норма по СанПин 45%			40,50	41,40	172,35	1224,00		
отклонение от нормы (+ / - ) %			0,60	11,38	-6,86	-0,34		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>61,03</b>	<b>64,02</b>	<b>265,00</b>	<b>1886,24</b>		
Норма по СанПин 70%			63,00	64,40	268,10	1904,00		
отклонение от нормы (+ / - ) %			-2,19	-0,42	-0,81	-0,65		

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 2 -й	Печень по-строгановски	120	17,40	11,66	7,65	190,05	55	255/17
	Макароны отварные и /овощи консервирован. Отварные (сложный гарнир)	180	6,66	5,94	26,76	188,34	49	256 / 21
	Чай с сахаром	30	0,60	0,08	3,08	15,67	49	157/21
	Блины со сметаной	200	0,40	0,00	6,60	28,20	86	457 / 21
	Хлеб пшеничный	80 / 10	5,82	5,69	23,032	150,11	80	396/17
	Хлеб ржаной	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>690</b>	<b>33,08</b>	<b>24,39</b>	<b>100,83</b>	<b>729,15</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>11,75</b>	<b>1,51</b>	<b>1,33</b>	<b>1,81</b>		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 2 -й	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	10	53 / 21
	Суп картофельный с крупой	250	2,78	3,53	12,30	92,03	28	114/21
	Говядина тушёная с капустой	200	12,68	17,00	17,17	272,43	59	500 / 22
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	104	501 / 21
	Кондитерские изделия (печенье)	30	2,06	5,04	22,73	144,49	15	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22	
<b>итого за обед</b>		<b>990</b>	<b>23,68</b>	<b>31,14</b>	<b>149,36</b>	<b>974,63</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-8,69</b>	<b>-1,15</b>	<b>4,00</b>	<b>0,83</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 2 -й	Кисель малиновый с яблоком	200	0,06	0,00	12,81	51,48	95	484/21
	Биточки из печени и /соус молочный	105	7,31	5,32	15,17	137,44	57	ТТК 478/22
	Хлеб ржаной	20	0,41	1,05	1,41	16,76	57	326/17
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>9,18</b>	<b>6,87</b>	<b>42,43</b>	<b>267,85</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>0,20</b>	<b>-2,54</b>	<b>1,08</b>	<b>-0,15</b>		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>56,76</b>	<b>55,52</b>	<b>250,20</b>	<b>1703,78</b>		
			<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>		
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>3,07</b>	<b>0,35</b>	<b>5,33</b>	<b>2,64</b>	
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>32,86</b>	<b>38,00</b>	<b>191,79</b>	<b>1242,48</b>		
			<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-8,49</b>	<b>-3,69</b>	<b>5,08</b>	<b>0,68</b>	
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>65,94</b>	<b>62,39</b>	<b>292,62</b>	<b>1971,63</b>		
			<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>3,27</b>	<b>-2,19</b>	<b>6,40</b>	<b>2,49</b>	

Россия Краснодарский край  
12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше      Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я	Запеканка из творога с какао	160	19,44	7,49	29,20	258,89	53	424/22
	и / соус абрикосовый	40	0,76	0,00	14,06	59,28	53	687 /22
3 -й	Кофейный напиток с молоком	200	6,50	5,10	15,70	134,20	99	54-23гн/22
	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	7,20	0,10	66,10	12	53-19з/22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>28,00</b>	<b>20,71</b>	<b>89,54</b>	<b>660,08</b>		
Норма по СанПин		<b>25%</b>	22,50	23,00	95,75	680,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			6,11	-2,49	-1,62	-0,73		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я	Овощи консервированные порциями (капуста квашеная)	100	1,71	5,00	8,24	84,82	4	149 /21
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,30	3,58	14,60	115,75	27	113 /21
3 -й	Рыба запечённая	120	20,82	12,11	14,17	251,79	76	444/22
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	46	312/17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	92	54-1хн/22
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>960</b>	<b>36,28</b>	<b>28,02</b>	<b>134,81</b>	<b>939,11</b>		
Норма по СанПин		<b>35%</b>	31,50	32,20	134,05	952,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			5,31	-4,55	0,20	-0,47		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я	Кисломолочный напиток							
	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
3 -й	Котлеты морковные с творогом	125	4,30	4,19	11,46	100,73	43	152 /17
	Хлеб пш. (батон)	30	1,16	0,57	11,09	54,10	17	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>11,25</b>	<b>9,76</b>	<b>30,55</b>	<b>255,83</b>		
Норма по СанПин		<b>10%</b>	9,00	9,20	38,30	272,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,50	0,61	-2,02	-0,59		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>								
			64,27	48,72	224,35	1599,19		
Норма по СанПин		<b>60%</b>	54,00	55,20	229,80	1632,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			11,42	-7,04	-1,42	-1,21		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>								
			47,53	37,77	165,36	1194,94		
Норма по СанПин		<b>45%</b>	40,50	41,40	172,35	1224,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			7,81	-3,94	-1,83	-1,07		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>								
			75,53	58,48	254,90	1855,02		
Норма по СанПин		<b>70%</b>	63,00	64,40	268,10	1904,00		
отклонение от нормы ( + / - ) %			13,92	-6,43	-3,45	-1,80		

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИЕ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	5,20	80,86	8	68 /22
	Говядина тушная	100	6,80	5,69	9,01	114,45	58	499 /22
	Картофель по- деревенски с сыром	180	5,34	13,05	28,38	252,26	47	645/22
	Компот из яблок с лимоном	200	0,29	0,22	9,28	39,15	93	827/22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>650</b>	<b>15,73</b>	<b>26,15</b>	<b>85,58</b>	<b>643,50</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-7,52</b>	<b>3,43</b>	<b>-2,66</b>	<b>-1,34</b>		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	1	54-2з/22
	Суп из овощей со сметаной	250	2,12	5,19	6,49	81,08	29	116 /21
	Котлеты школьные	100	15,30	11,00	13,30	213,00	69	347/21
	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	21,03	160,17	34	303/17
	Кондитерские изделия (вафли)	33	1,29	10,10	19,32	173,32	16	Пром.пр.
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1053</b>	<b>34,08</b>	<b>39,50</b>	<b>126,00</b>	<b>996,93</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>2,87</b>	<b>7,94</b>	<b>-2,10</b>	<b>1,65</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Кисломолочный напиток							
	Кефир (м. д. ж. 2,5% )	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
	Зразы картофельные	125	1,81	4,15	16,63	111,09	45	150/17
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>8,21</b>	<b>9,54</b>	<b>40,89</b>	<b>283,04</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-0,88</b>	<b>0,37</b>	<b>0,68</b>	<b>0,41</b>		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>49,81</b>	<b>65,66</b>	<b>211,58</b>	<b>1640,43</b>		
			<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-4,66</b>	<b>11,37</b>	<b>-4,76</b>	<b>0,31</b>	
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>42,29</b>	<b>49,04</b>	<b>166,89</b>	<b>1279,97</b>		
			<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>1,99</b>	<b>8,30</b>	<b>-1,42</b>	<b>2,06</b>	
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>58,01</b>	<b>75,19</b>	<b>252,47</b>	<b>1923,47</b>		
			<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-5,54</b>	<b>11,73</b>	<b>-4,08</b>	<b>0,72</b>	

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя	<b>ЗАВТРАК</b>							
1 -я День	Овощи консервированные порциями (капуста квашеная)	100	1,71	5,00	8,24	84,82	4	149 /21
5 -й	Биточки рыбные	110	15,16	5,70	13,05	149,08	78	307/21
	Рагу из овощей	180	3,00	4,02	28,98	164,09	39	334/22
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	104	501 /21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>670</b>	<b>23,27</b>	<b>16,06</b>	<b>110,60</b>	<b>664,42</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>0,85</b>	<b>-7,54</b>	<b>3,88</b>	<b>-0,57</b>		
неделя	<b>ОБЕД</b>							
1 -я День	Морковь с яблоком	100	0,97	4,82	8,20	78,29	7	22 / 21
5 -й	Суп куриный	250	4,88	3,84	12,06	102,34	31	278/22
	Запеканка из творога с какао и / соус абрикосовый	230	28,67	10,81	35,17	370,72	54	224/22
		20	0,26	0,00	6,78	31,16	54	687 /22
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>990</b>	<b>43,84</b>	<b>26,48</b>	<b>125,58</b>	<b>937,67</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>13,72</b>	<b>-6,21</b>	<b>-2,21</b>	<b>-0,53</b>		
неделя	<b>ПОЛДНИК</b>							
1 -я День	Компот из яблок с лимоном	200	0,29	0,22	9,28	39,15	93	827/22
5 -й	Рыба, запечённая с яйцом	140	15,31	7,17	7,15	170,22	77	301 / 21
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,26	10,84	47,30	18	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>16,00</b>	<b>7,65</b>	<b>27,27</b>	<b>256,68</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>7,78</b>	<b>-1,68</b>	<b>-2,88</b>	<b>-0,56</b>		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>67,11</b>	<b>42,55</b>	<b>236,19</b>	<b>1602,09</b>		
			<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>		
			<b>14,57</b>	<b>-13,75</b>	<b>1,67</b>	<b>-1,10</b>		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>59,85</b>	<b>34,13</b>	<b>152,86</b>	<b>1194,34</b>		
			<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>		
			<b>21,50</b>	<b>-7,90</b>	<b>-5,09</b>	<b>-1,09</b>		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>83,11</b>	<b>50,20</b>	<b>263,46</b>	<b>1858,76</b>		
			<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>		
			<b>22,35</b>	<b>-15,44</b>	<b>-1,21</b>	<b>-1,66</b>		

Россия Краснодарский край  
**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**  
**для учащихся в общеобразовательном учреждении**  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше      Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**1 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 6 -й	Говядина тушеная с картофелем	200	11,18	12,78	25,01	259,81	60	501/22
	Оладьи и / соус шоколадный	60	2,36	6,30	15,07	113,83	82	225/17
	Кофейный напиток с молоком	25	0,64	0,50	7,17	35,78	82	692 / 22
	Хлеб пшеничный	200	4,84	3,77	14,67	111,04	100	465 / 21
	Хлеб ржаной	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>565</b>	<b>21,43</b>	<b>24,501</b>	<b>102,05</b>	<b>700,892</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-1,19	1,63	1,65	0,77		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 6 -й	Свекла с яблоком	100	1,09	1,06	13,59	60,09	9	93/ 22
	Щи "Новгородские" (со сметаной)	250	3,09	3,56	12,65	94,98	24	287 /22
	Котлеты нежные	100	18,74	11,07	11,38	220,12	74	373/21
	Плов с изюмом и /овощи консервированные отварные	135	3,66	9,17	25,17	197,82	50	194/17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	45	0,9	0,15	4,575	23,475	50	157/21
	Хлеб пшеничный	200	1,00	0,00	25,40	105,60	104	501 /21
	Хлеб ржаной	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	44	2,05	0,73	19,11	91,19	19	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>1024</b>	<b>31,93</b>	<b>26,788</b>	<b>148,77</b>	<b>958,541</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			0,48	-5,88	3,84	0,24		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 6 -й	Чай с молоком	200	2,08	1,32	7,41	49,86	89	460 / 21
	Голубцы ленивые с соусом	120	5,30	5,83	24,01	159,79	64	524 /22
	Хлеб ржаной	34	1,59	0,56	14,77	70,47	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>354</b>	<b>8,97</b>	<b>7,710</b>	<b>46,19</b>	<b>280,117</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-0,04	-1,62	2,06	0,30		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>53,36</b>	<b>51,29</b>	<b>250,82</b>	<b>1659,43</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,71	-4,25	5,49	1,01

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>40,90</b>	<b>34,50</b>	<b>194,96</b>	<b>1238,66</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	0,44	-7,50	5,90	0,54

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>62,33</b>	<b>59,00</b>	<b>297,01</b>	<b>1939,55</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,74	-5,87	7,55	1,31

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Омлет натуральный и /овощи	150	13,64	19,59	3,33	244,23	51	268 / 21
	консервированные отварные (сложный гарнир)	50	1,42	0,08	2,92	18,42	51	157 / 21
День	Чай с молоком	200	4,60	3,30	13,20	100,50	88	460 / 21
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	13	54-1а/22
7 -й	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за завтрак</b>		<b>620</b>	<b>29,93</b>	<b>33,487</b>	<b>73,72</b>	<b>718,813</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>8,25</b>	<b>11,40</b>	<b>-5,75</b>	<b>1,43</b>		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Морковь по-корейски	100	1,10	6,19	5,20	80,86	8	68 / 22
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,99	5,22	7,14	83,50	22	95 / 21
День	Тефтели из говядины с соусом	100	9,04	9,06	17,60	193,45	67	546/22
	Каша вязкая (ячневая)	180	3,89	5,07	24,29	158,32	35	103/17
7 -й	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,00	23,40	97,60	104	501 / 21
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,825	21,72	103,63	19	Пром.пр.
<b>итого за обед</b>		<b>950</b>	<b>20,75</b>	<b>27,265</b>	<b>135,44</b>	<b>875,526</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-11,94</b>	<b>-5,36</b>	<b>0,36</b>	<b>-2,81</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	6,60	28,20	86	457 / 21
День	Бутерброд с сыром (сыр твердых сортов	15	3,50	4,40	0,00	53,80	14	3 / 17
	масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	14	
7 -й	хлеб пшеничный)	20	0,40	0,26	10,84	47,30	14	
	Кондитерское изделие (печенье)	18	1,23	3,024	13,24	72,50	15	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за полдник</b>		<b>358</b>	<b>5,99</b>	<b>11,684</b>	<b>40,53</b>	<b>281,851</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-3,35</b>	<b>2,70</b>	<b>0,58</b>	<b>0,36</b>		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>50,68</b>	<b>60,75</b>	<b>209,17</b>	<b>1594,34</b>		
			<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>		
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-3,69</b>	<b>6,04</b>	<b>-5,39</b>	<b>-1,38</b>	
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>26,74</b>	<b>38,95</b>	<b>175,97</b>	<b>1157,38</b>		
			<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-15,29</b>	<b>-2,66</b>	<b>0,94</b>	<b>-2,45</b>	
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>56,66</b>	<b>72,44</b>	<b>249,69</b>	<b>1876,19</b>		
			<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>-7,04</b>	<b>8,74</b>	<b>-4,81</b>	<b>-1,02</b>	



Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Рыба тушёная в томате с овощами	120	17,13	12,02	7,06	204,90	75	299/22
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,67	46	312/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	86,00	104	501 /21
День 8 -й	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
<b>того за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>24,68</b>	<b>19,29</b>	<b>96,26</b>	<b>656,73</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>2,42</b>	<b>-4,03</b>	<b>0,13</b>	<b>-0,86</b>		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Огурец с капустой	100	1,32	2,67	3,88	45,30	3	52 / 22
	Солянка домашняя	250	8,11	9,91	6,01	120,32	25	221 / 22
День 8 -й	Суфле из печени	120	16,11	11,29	10,03	206,12	56	488/22
	Макароны с овощами	180	5,96	6,46	31,51	200,37	48	205/17
	Кофейный напиток с молоком	200	6,32	4,99	27,51	179,39	98	465 / 21
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>того за обед</b>		<b>1040</b>	<b>41,08</b>	<b>37,03</b>	<b>133,21</b>	<b>999,66</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>10,64</b>	<b>5,25</b>	<b>-0,22</b>	<b>1,75</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Кисломолочный напиток							
	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103	470 / 21
День 8 -й	Котлеты картофельные с творогом	140	3,94	11,13	17,82	187,21	44	149 / 17
	Хлеб пш. (батон)	20	0,77	0,38	10,28	45,22	17	Пром.пр.
<b>того за полдник</b>		<b>360</b>	<b>10,51</b>	<b>16,51</b>	<b>36,10</b>	<b>333,43</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>1,68</b>	<b>7,95</b>	<b>-0,57</b>	<b>2,26</b>		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>65,76</b>	<b>56,32</b>	<b>229,47</b>	<b>1656,39</b>		
			<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>		
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>13,06</b>	<b>1,22</b>	<b>-0,09</b>	<b>0,90</b>	
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>51,59</b>	<b>53,54</b>	<b>169,32</b>	<b>1333,10</b>		
			<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>		
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>12,32</b>	<b>13,20</b>	<b>-0,79</b>	<b>4,01</b>	
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>76,27</b>	<b>72,83</b>	<b>265,57</b>	<b>1989,83</b>		
			<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>		
			<b>отклонение от нормы ( + / - ) %</b>	<b>14,74</b>	<b>9,16</b>	<b>-0,66</b>	<b>3,16</b>	

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 9 -й	Каша рисовая молочная жидкая	210	5,10	10,72	33,42	250,56	33	182 / 17
	Чай с сахаром	200	0,4	0,00	6,60	28,20	86	457/21
	Кондитерское изделие (вафли)	45	1,52	12,18	22,27	204,79	16	Пром.пр.
	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
Итого за завтрак		<b>635</b>	<b>9,83</b>	<b>24,442</b>	<b>112,23</b>	<b>710,982</b>		
		Норма по СанПин	<b>25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-14,08	1,57	4,30	1,14		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 9 -й	Икра свекольная	100	1,50	3,60	8,50	72,00	10	53 / 21
	Уха с крупой	250	7,10	5,16	13,01	126,92	30	121 / 21
	Жаркое по-домашнему	200	12,15	23,18	30,02	381,24	61	259 / 17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	104	501 / 21
	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	50	2,33	0,825	21,72	103,63	19	Пром.пр.
Итого за обед		<b>870</b>	<b>25,48</b>	<b>33,676</b>	<b>134,74</b>	<b>947,568</b>		
		Норма по СанПин	<b>35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-6,69	1,60	0,18	-0,16		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 9 -й	Кофейный напиток с молоком	200	5,93	4,74	14,16	122,67	101	465 / 21
	Биточек рисовый с морковью и соус шоколадный	100	2,41	4,64	14,00	110,46	37	193 / 17
		30	1,09	1,00	6,12	37,84	37	692/22
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
Итого за полдник		<b>360</b>	<b>10,83</b>	<b>10,879</b>	<b>47,31</b>	<b>333,143</b>		
		Норма по СанПин	<b>10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>	
отклонение от нормы ( + / - ) %			2,04	1,82	2,35	2,25		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>						
			<b>35,31</b>	<b>58,12</b>	<b>246,97</b>	<b>1658,55</b>
	Норма по СанПин	<b>60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-20,77	3,17	4,48	0,98

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>						
			<b>36,32</b>	<b>44,55</b>	<b>182,05</b>	<b>1280,71</b>
	Норма по СанПин	<b>45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-4,65	3,43	2,53	2,08

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>						
			<b>46,14</b>	<b>69,00</b>	<b>294,28</b>	<b>1991,69</b>
	Норма по СанПин	<b>70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %			-18,73	5,00	6,84	3,22

Россия Краснодарский край  
 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 для учащихся в общеобразовательном учреждении  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше      Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>неделя ЗАВТРАК</b>								
2 -я	Чиполлетти из говядины	120	12,04	15,18	12,52	240,91	68	555/22
День	Капуста тушёная	180	3,72	5,83	16,01	131,34	41	321 / 17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	92	54-1хн/22
10-й	Хлеб пшеничный	50	1,00	0,65	27,1	118,26	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>580</b>	<b>18,66</b>	<b>22,156</b>	<b>88,46</b>	<b>633,683</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-4,26	-0,92	-1,90	-1,70		
<b>неделя ОБЕД</b>								
2 -я	Икра кабачковая (Пром.производства)	100	1,90	8,90	7,70	118,00	11	150/ 21
День	Свекольник со сметаной	250	2,47	5,50	10,51	101,60	23	98 /21
	Плов из птицы	200	14,54	7,65	35,41	274,37	70	291/17
10-й	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Блины / и	85	6,05	5,35	24,30	151,97	81	396/17
	соус абрикосовый	30	0,383	0	10,177	37,737	81	687 /22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>итого за обед</b>		<b>1045</b>	<b>34,21</b>	<b>34,283</b>	<b>145,05</b>	<b>1015,186</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			3,01	2,26	2,87	2,32		
<b>неделя ПОЛДНИК</b>								
2 -я	Отвар шиповника	200	0,6	0,2	12,34	59,49	91	857/22
День	Рулет с макаронами и /	120	1,94	6,23	9,72	98,80	62	276/17
	соус сметанный с томатом	10	0,18	0,50	0,70	8,01	62	331/17
10-й	Хлеб ржаной	20	0,93	0,33	8,687	41,45	19	Пром.пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>3,65</b>	<b>7,260</b>	<b>31,45</b>	<b>207,75</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
отклонение от нормы ( + / - ) %			-5,94	-2,11	-1,79	-2,36		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>52,87</b>	<b>56,44</b>	<b>233,51</b>	<b>1648,87</b>		
			<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-1,25	1,35	0,97	0,62		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>37,86</b>	<b>41,54</b>	<b>176,50</b>	<b>1222,93</b>		
			<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-2,93	0,16	1,08	-0,04		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>56,53</b>	<b>63,70</b>	<b>264,96</b>	<b>1856,62</b>		
			<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>	
отклонение от нормы ( + / - ) %			-7,19	-0,76	-0,82	-1,74		

Россия Краснодарский край  
**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**  
**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше      Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Бифштекс по-домашнему	100	10,71	15,31	9,22	232,64	63	523/22
	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	21,03	160,17	34	303/17
День 11 -й	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
<b>того за завтрак</b>		<b>560</b>	<b>24,67</b>	<b>27,798</b>	<b>77,40</b>	<b>677,318</b>		
		<b>Норма по СанПин 25%</b>	<b>22,50</b>	<b>23,00</b>	<b>95,75</b>	<b>680,00</b>		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	2,42	5,22	-4,79	-0,10		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Капуста с морковью в нарезке	100	1,83	4,92	6,91	79,26	2	54-31з/22 54-32з/22
	Рассольник ленинградский	250	2,63	5,10	13,25	109,50	26	100 / 21
День 11 -й	Рагу из овощей	180	3,01	5,69	20,04	145,29	38	334/22
	Шницель рыбный	105	15,55	2,99	17,04	157,24	79	466/22
	Кисель витаминный	200	0,90	0,20	41,95	172,45	96	481/22
День 11 -й	Хлеб пшеничный	70	1,40	0,91	36,094	158,18	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
<b>того за обед</b>		<b>1045</b>	<b>27,58</b>	<b>20,866</b>	<b>162,46</b>	<b>951,825</b>		
		<b>Норма по СанПин 35%</b>	<b>31,50</b>	<b>32,20</b>	<b>134,05</b>	<b>952,00</b>		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-4,36	-12,32	7,42	-0,01		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Чай с сахаром	200	0,4	0,00	6,60	28,20	86	457/21
	Голубцы с соусом	120	1,43	9,70	6,01	117,09	65	525 / 22
День 11 -й	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,39	16,26	70,96	18	Пром.пр.
<b>того за полдник</b>		<b>350</b>	<b>2,43</b>	<b>10,09</b>	<b>28,87</b>	<b>216,25</b>		
		<b>Норма по СанПин 10%</b>	<b>9,00</b>	<b>9,20</b>	<b>38,30</b>	<b>272,00</b>		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-7,30	0,97	-2,46	-2,05		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>52,25</b>	<b>48,66</b>	<b>239,86</b>	<b>1629,14</b>
<b>Норма по СанПин 60%</b>	<b>54,00</b>	<b>55,20</b>	<b>229,80</b>	<b>1632,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-1,94	-7,10	2,63	-0,11

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>30,01</b>	<b>30,96</b>	<b>191,33</b>	<b>1168,07</b>
<b>Норма по СанПин 45%</b>	<b>40,50</b>	<b>41,40</b>	<b>172,35</b>	<b>1224,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-11,66	-11,35	4,96	-2,06

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>54,68</b>	<b>58,76</b>	<b>268,74</b>	<b>1845,39</b>
<b>Норма по СанПин 70%</b>	<b>63,00</b>	<b>64,40</b>	<b>268,10</b>	<b>1904,00</b>
отклонение от нормы ( + / - ) %	-9,25	-6,13	0,17	-2,15

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
 ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Возрастная категория: с 12 лет и старше

Сезон: ЗИМА - ВЕСНА 2025 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры Тех.Карты	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя	Запеканка капустная	180	2,59	11,92	12,05	165,79	42	162/17
	Котлеты нежные с соусом томатным с овощами	90 /25	14,75 0,31	9,66 1,83	10,37 1,18	194,03 22,43	73 73	373/21 420/21
2 -я День 12 -й	Кисель из кураги	200	0,50	0,05	26,30	106,78	97	784 /22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,50	13,03	62,18	19	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	105	749 / 22
Итого за завтрак		665	20,74	24,868	93,41	692,818		
		Норма по СанПин 25%	22,50	23,00	95,75	680,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-1,95	2,03	-0,61	0,47		
<b>ОБЕД</b>								
неделя	Кукуруза сахарная	100	2,00	0,33	10,17	52,17	6	54-21з/ 22
	Суп картофельный с макаронами	250	4,13	3,36	13,60	98,85	32	242/22
2 -я День 12 -й	Зразы с яйцом	100	9,16	10,01	7,82	158,02	66	532/22
	Овощи запечённые	180	2,90	6,14	13,41	120,49	40	315/22
	Молоко кипячёное	200	5,80	5,30	9,10	107,00	102	469 / 21
	Оладьи и / соус шоколадный	80 30	3,18 0,72	7,30 0,57	15,34 7,95	139,77 43,95	83 83	225/17 692/ 22
	Хлеб пшеничный	40	0,80	0,52	20,68	94,61	18	Пром.пр.
	Хлеб ржаной	40	1,87	0,66	17,37	82,90	19	Пром.пр.
Итого за обед		1020	30,56	34,198	115,44	897,751		
		Норма по СанПин 35%	31,50	32,20	134,05	952,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-1,05	2,17	-4,86	-1,99		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя	Кисломолочный напиток							
	2 -я День 12 -й	Кефир (м. д. ж. 2,5% )	200	5,80	5,00	8,00	101,00	103
	Шарлотка с яблоками и /соус абрикосовый	150 40	2,40 0,27	2,71 0,03	26,10 5,54	138,56 23,47	84 84	527/21 687/22
Итого за полдник		390	8,47	7,734	39,64	263,028		
		Норма по СанПин 10%	9,00	9,20	38,30	272,00		
		отклонение от нормы ( + / - ) %	-0,59	-1,59	0,35	-0,33		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		51,30	59,07	208,85	1590,57
Норма по СанПин 60%		54,00	55,20	229,80	1632,00
отклонение от нормы ( + / - ) %		-3,00	4,20	-5,47	-1,52
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		39,03	41,93	155,09	1160,78
Норма по СанПин 45%		40,50	41,40	172,35	1224,00
отклонение от нормы ( + / - ) %		-1,64	0,58	-4,51	-2,32
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		59,77	66,80	248,49	1853,60
Норма по СанПин 70%		63,00	64,40	268,10	1904,00
отклонение от нормы ( + / - ) %		-3,59	2,61	-5,12	-1,85

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133600552358087161194895262509558337786447861747

Владелец Голеницкая Наталья Александровна

Действителен с 21.03.2024 по 21.03.2025