

**Набор типовых меню горячих завтраков и обедов для обучающихся 1-4 классов (основное<sup>2</sup> меню завтрака и обеда и разработанные на его основе меню для детей с сахарным диабетом, муковисцидозом, целиакией и фенилкетонурией)**

*Меню горячих завтраков (основное)*

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	210	7,3	10,7	44,2	302,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>540</b>	<b>9,9</b>	<b>11,6</b>	<b>72,5</b>	<b>433,3</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-17м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	150	17,7	18	19,8	312,2
54-1соус-2020	Соус сметанный	30	0,4	2,5	1	28,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>23,7</b>	<b>23,4</b>	<b>44,6</b>	<b>484,3</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-13гн-2020	Чай с облепихой и медом	200	0,4	0,6	8	39,1
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>17,1</b>	<b>20,3</b>	<b>52,1</b>	<b>459,4</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150	14	11,9	27,3	272,4
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>18,2</b>	<b>14,2</b>	<b>79,2</b>	<b>515,9</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2
54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>21,5</b>	<b>26</b>	<b>61,3</b>	<b>565</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>525</b>	<b>15,1</b>	<b>17,7</b>	<b>63,7</b>	<b>474,6</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					

1 Основное меню – меню, которое предлагается всем детям, которые не имеют заболеваний,

требующих индивидуального подхода в организации питания.

54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,7	4,3	12,4	107,2
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>15,4</b>	<b>16,7</b>	<b>71,6</b>	<b>498,3</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,3	5,5	32,8	202
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,6	13,6	3,1	189
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>21,8</b>	<b>19,7</b>	<b>56,7</b>	<b>490,4</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	210	7,3	10,7	44,2	302,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>525</b>	<b>13,6</b>	<b>15,6</b>	<b>67,8</b>	<b>466</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-14гн-2020	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>17,1</b>	<b>19,8</b>	<b>52,3</b>	<b>455,3</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150	14	11,9	27,3	272,4
54-5гн-2020	Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	7	35
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
Пром.	Йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>19,9</b>	<b>15,4</b>	<b>73,3</b>	<b>511,1</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
54-16м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>24,3</b>	<b>21,4</b>	<b>61</b>	<b>533,4</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>519,2</b>	<b>18,1</b>	<b>18,5</b>	<b>63</b>	<b>490,6</b>

### Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	490,6 ккал	20,9	2350
Витамин С	17,6 мг	29,3	60,0
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	210,0 рет. экв.	30,0	700,0
Кальций	186,3 мг	16,9	1100,0
Фосфор	328,2 мг	29,8	1100,0
Магний	89,4 мг	35,8	250,0
Железо	5,3 мг	44,2	12,0
Калий	330,0 мг	30,0	1100,0
Йод	0,06 мг	60,0	0,1
Селен	0,018 мг	60,0	0,03

Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню завтраков (основное меню) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Название продукта	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30,0
сухари панировочные	-	2	-	4	-	-	-	-	-	-	4	-	10	0,9
мука пшеничная в/с	-	1	-	-	4	-	-	3	-	-	-	1	9	0,8
крупа рисовая	-	-	-	-	54	-	-	-	-	-	-	-	54	4,5
крупа овсяная	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	50	4,2
крупа манная	-	-	-	15	-	-	-	-	-	-	15	-	30	2,5
крупа кукурузная	57	-	-	-	-	-	-	-	57	-	-	-	114	9,5
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	69	69	5,8
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	50	4,2
макаронные изделия в/с	-	-	-	-	-	-	-	51	-	-	-	-	51	4,3
картофель	-	168	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	168	14,0
томат	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	-	68	5,7
огурец	-	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	136	11,3
морковь	-	-	-	118	-	-	-	-	-	-	118	-	235	19,6
лук репчатый	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	12	1,0
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	-	7	0,6
джем фруктовый	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	30	-	60	5,0
банан	-	-	130	-	-	-	-	-	-	130	-	-	260	21,7
лимон	8	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	15	1,3
смородина черная	-	-	-	-	13	-	-	-	-	13	-	-	26	2,1
облепиха	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	-	26	2,1
клюква	11	-	-	-	-	-	-	-	11	-	-	-	21	1,8
яблоко	100	-	-	100	-	-	100	-	-	-	-	-	300	25,0
мандарин	-	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	-	140	11,7
изюм	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-	-	-	10	0,9
говядина 1 кат.	-	95	-	-	-	-	-	84	-	-	-	-	179	14,9
печень говяжья	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78	78	6,5
минтай (филе)	-	-	-	-	94	-	-	-	-	-	-	-	94	7,8
молоко	100	-	58	73	-	100	234	-	100	58	23	-	745	62,1
йогурт	-	100	-	-	-	-	-	-	-	-	100	-	200	16,7
творог	-	-	-	56	-	-	-	-	-	-	56	-	112	9,3
сыр	-	-	-	-	6	16	-	-	16	-	-	-	37	3,1
сметана	-	15	-	4	47	-	-	-	-	-	4	27	97	8,1
масло сливочное	10	8	12	8	12	10	10	11	10	12	8	8	117	9,8
масло подсолнечное	-	-	-	-	7	-	-	-	-	-	-	7	14	1,2
яйцо куриное	-	3	102	7	-	-	-	-	-	102	7	-	220	18,3
сахар-песок	10	7	-	13	7	10	10	7	10	-	13	7	94	7,8
мед пчелиный	-	-	10	-	-	-	-	-	-	10	-	-	20	1,7
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	11	0,9
какао-порошок	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	5	0,4
соль йодированная	1	1	0,5	0,4	1	1	1	1	1	0,5	0,4	2	10	0,8

**Меню горячих обедов (основное)**

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>31,9</b>	<b>29,9</b>	<b>73,4</b>	<b>690,3</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-8р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (горбуша)	80	18,7	24,1	4,3	309,2
54-25хн-2020	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14	56,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>31,6</b>	<b>42,4</b>	<b>92,9</b>	<b>880,7</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-1г-2020	Макаронь отварные	150	5,3	5,5	32,8	202
54-6м-2020	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-14хн-2020	Компот из смородины с медом	200	0,4	0,1	9,3	39,6
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>795</b>	<b>34,3</b>	<b>25,7</b>	<b>98,8</b>	<b>763,7</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>32,8</b>	<b>30,7</b>	<b>83,3</b>	<b>740,2</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4
54-2соус-2020	Соус белый основной	50	1,4	2,1	2,2	33,1
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>795</b>	<b>27,9</b>	<b>28,8</b>	<b>81,5</b>	<b>694,9</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>					
Пром.	Икра из кабачков	60	1,1	5,3	4,6	71,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,5	1,9	168,2
54-6хн-2020	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>30,3</b>	<b>31,6</b>	<b>86,5</b>	<b>752,7</b>

	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-15м-2020	Плов из булгура с курицей	200	19,7	8,7	38,8	312,3
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>34,3</b>	<b>20</b>	<b>102,1</b>	<b>725,8</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>30</b>	<b>36,9</b>	<b>99,9</b>	<b>852,4</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-9хн-2020	Компот из облепихи	200	0,2	1	7,4	39
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>795</b>	<b>27,8</b>	<b>29</b>	<b>79,3</b>	<b>687,9</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>32,3</b>	<b>32,5</b>	<b>63</b>	<b>673,2</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6
54-19хн-2020	Компот из клюквы с медом	200	0,2	0	8	32,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>36,8</b>	<b>15,1</b>	<b>80,9</b>	<b>607,1</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>33,6</b>	<b>24,5</b>	<b>72,6</b>	<b>645,4</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>746,3</b>	<b>32</b>	<b>28,9</b>	<b>84,5</b>	<b>726,2</b>

Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	726,2 ккал	30,9	2350
Витамин С	59,9 мг	99,8	60,0
Витамин В1	0,4 мг	33,3	1,2
Витамин В2	0,3 мг	21,4	1,4
Витамин А	367,5 рет. экв.	52,5	700,0
Кальций	137,0 мг	12,5	1100,0
Фосфор	424,0 мг	38,5	1100,0
Магний	135,7 мг	54,3	250,0
Железо	7,0 мг	58,3	12,0
Калий	577,5 мг	52,5	1100,0
Йод	0,08 мг	80,0	0,1
Селен	0,014 мг	46,7	0,03

**Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню обедов (Основное меню) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто**

Название продукта	ОБЕД												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	60	60	74	60	74	60	60	60	74	60	60	60	763	63,6
сухари панировочные	-	-	8	-	8	-	-	-	8	-	-	-	25	2,1
мука пшеничная в/с	2	4	3	-	5	1	-	4	3	4	-	-	25	2,0
крупа рисовая	4	54	-	-	-	-	-	54	-	-	49	-	161	13,4
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	69	-	-	-	-	-	-	69	5,8
горох	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	-	-	32	2,7
булгур	-	-	-	-	-	-	64	-	-	-	-	-	64	5,3
макаронные изделия в/с	-	-	51	-	-	-	-	-	-	-	-	-	51	4,3
картофель	82	22	109	209	171	22	109	68	193	-	82	250	1316	109,7
огурец соленый	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	-	30	2,5
томат	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	68	-	136	11,3
свекла	-	40	-	-	-	40	-	-	40	71	-	-	191	15,9
петрушка (корень)	-	1	4	3	2	2	3	3	2	1	-	3	20	1,7
перец сладкий	68	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	203	17,0
огурец	-	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	68	5,7
морковь	17	58	15	18	10	20	36	56	17	17	23	10	296	24,7
лук репчатый	23	10	15	35	12	12	33	10	12	23	18	30	234	19,5
капуста белокочанная	191	20	-	94	70	20	94	-	20	261	-	-	770	64,1
икра из кабачков (консерв.)	-	-	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	60	5,0
томатное пюре	8	6	12	7	1	6	2	-	16	9	11	9	86	7,2
смородина черная	-	-	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32	2,7
облепиха	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	-	-	21	1,8
клюква	-	21	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	43	3,6
брусника	-	-	-	-	21	-	-	21	-	-	-	21	64	5,4
яблоко	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	41	3,4
вишня	-	-	-	-	-	42	-	-	-	-	-	-	42	3,5
смесь сухофруктов	27	-	-	27	-	-	-	-	-	-	-	-	54	4,5
чернослив	-	-	-	-	-	-	27	-	-	-	-	-	27	2,2
курага	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	-	21	1,8
говядина I кат.	121	-	99	114	73	73	26	-	73	121	-	140	838	69,9
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	61	-	-	-	121	-	182	15,1
минтай (филе)	-	-	-	-	-	-	-	94	-	-	-	-	94	7,8
горбуша (филе)	-	94	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	94	7,8
молоко	-	-	17	-	41	-	-	-	41	-	-	-	100	8,3
сыр	-	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	11	1,0
сметана	10	57	-	-	10	30	-	47	10	10	10	-	184	15,3
масло сливочное	10	12	14	7	15	8	-	12	14	10	-	7	106	8,8
масло подсолнечное	5	17	-	10	4	4	14	17	4	8	11	-	93	7,7
яйцо куриное	-	-	2	-	-	-	2	-	-	-	-	2	5	0,5
сахар-песок	11	12	1	9	11	9	9	10	10	11	-	10	104	8,6
мед пчелиный	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	10	-	20	1,7
крахмал картофельный	-	6	-	-	6	-	-	6	-	-	-	6	24	2,0
соль йодированная	1,1	1,3	1,2	1,3	1	1	1,7	1,3	1	1,3	1,1	1,3	15	1,2
лавровый лист	0,14	0,04	0,05	0,1	0,05	0,04	0,04	0,04	0,05	0,1	0,04	0,1	0,8	0,1
кислота лимонная	-	0,2	-	0,1	-	0,4	0,1	-	0,2	-	-	-	1	0,1



**Меню горячих завтраков (основное), вариант 2**

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
<b>Понедельник, 1 неделя</b>						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-2к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	10,7	43,9	300,6
54-14гн-2020	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>515</b>	<b>14</b>	<b>15,5</b>	<b>72,2</b>	<b>484,1</b>
<b>Вторник, 1 неделя</b>						
Пром.	Икра из кабачков	60	1,1	5,3	4,6	71,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	130	2,7	5,2	17,1	126,4
54-5м-2020	Котлеты из курицы	75	14,3	3,3	10	127,1
54-4соус-2020	Соус сметанный натуральный	50	1,5	8,4	3,2	94,9
54-7гн-2020	Чай с малиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,3	31,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>545</b>	<b>22,2</b>	<b>22,5</b>	<b>57</b>	<b>521,1</b>
<b>Среда, 1 неделя</b>						
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>15,7</b>	<b>20</b>	<b>36,1</b>	<b>387,7</b>
<b>Четверг, 1 неделя</b>						
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150	14	11,9	27,3	272,4
54-9соус-2020	Соус клюквенный	50	0	0	5,8	23,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>17,1</b>	<b>12,2</b>	<b>59,6</b>	<b>417,3</b>
<b>Пятница, 1 неделя</b>						
54-6г-2020	Рис отварной	160	3,8	5,8	38,8	222,6
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2
54-11соус-2020	Маринад овощной с томатом	60	0,9	5,3	5,8	74,7
54-14гн-2020	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>22,5</b>	<b>31,4</b>	<b>71,9</b>	<b>660,8</b>
<b>Суббота, 1 неделя</b>						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9
54-13гн-2020	Чай с облепихой и медом	200	0,4	0,6	8	39,1
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>555</b>	<b>15,4</b>	<b>18,4</b>	<b>72,7</b>	<b>518,4</b>
<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288
54-15гн-2020	Чай с малиной и медом	200	0,4	0,1	8,3	35,4
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>11,6</b>	<b>12</b>	<b>65,9</b>	<b>418,2</b>
<b>Вторник, 2 неделя</b>						
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3

54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>15,7</b>	<b>20</b>	<b>36,1</b>	<b>387,7</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8
54-13к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,1	10,8	38,5	283,4
54-13гн-2020	Чай с облепихой и медом	200	0,4	0,6	8	39,1
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>510</b>	<b>13,7</b>	<b>14,7</b>	<b>66,6</b>	<b>453,1</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-1г-2020	Макаронны отварные	135	4,8	5	29,5	181,8
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,6	13,6	3,1	189
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>505</b>	<b>21,4</b>	<b>18,9</b>	<b>55,3</b>	<b>476,4</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-1т-2020	Запеканка из творога	150	25,7	16	25	347,3
54-10соус-2020	Соус из кураги	25	0,1	0	14,9	60,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>505</b>	<b>28,7</b>	<b>16,6</b>	<b>70,9</b>	<b>549</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-6г-2020	Рис отварной	135	3,2	4,9	32,8	187,9
54-16м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5
54-13гн-2020	Чай с облепихой и медом	200	0,4	0,6	8	39,1
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	70,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>515</b>	<b>19,9</b>	<b>19,8</b>	<b>66,2</b>	<b>522,3</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>515</b>	<b>18,2</b>	<b>18,5</b>	<b>60,9</b>	<b>483</b>

### Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	483,0 ккал	20,6	2350
Витамин С	22,2 мг	37,0	60,0
Витамин В1	0,2 мг	16,7	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	210,0 рет. экв.	30,0	700,0
Кальций	176,6 мг	16,1	1100,0
Фосфор	280,1 мг	25,5	1100,0
Магний	62,8 мг	25,1	250,0
Железо	4,2 мг	35,0	12,0
Калий	330,0 мг	30,0	1100,0
Йод	0,06 мг	60,0	0,1
Селен	0,02 мг	66,7	0,03

Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню завтраков (основное меню), вариант 2, по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Название продукта	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	30	39	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	369	30,8
сухари панировочные	-	8	-	4	-	-	-	-	-	-	5	-	18	1,5
мука пшеничная в/с	-	3	-	-	4	-	-	-	-	3	-	1	11	0,9
крупа рисовая	-	-	-	-	58	-	-	-	-	-	-	49	106	8,9
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	50	4,2
крупа овсяная	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	50	4,2
крупа манная	-	-	-	15	-	-	-	-	-	-	10	-	25	2,1
крупа кукурузная	57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	57	4,8
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	50	4,2
макаронные изделия в/с	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46	-	-	46	3,8
картофель	-	149	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	149	12,4
огурец	-	-	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	68	5,7
морковь	-	-	-	118	45	-	-	-	-	-	-	-	163	13,5
лук репчатый	-	-	-	-	11	-	-	-	-	12	-	-	23	1,9
икра из кабачков (консерв.)	-	60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	60	5,0
томатное пюре	-	-	-	-	9	-	-	-	-	7	-	-	16	1,4
смородина черная	13	-	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	26	2,1
облепиха	-	-	-	-	-	13	-	-	13	-	-	13	38	3,2
малина	-	13	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	26	2,1
клюква	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	5	0,5
яблоко	-	-	120	-	-	100	-	120	-	-	100	-	440	36,7
мандарин	70	-	-	70	-	-	70	-	70	-	-	70	350	29,2
изюм	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-	-	-	10	0,9
курага	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	-	3	0,2
говядина 1 кат.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	84	-	-	84	7,0
печень говяжья	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78	78	6,5
куриная грудка (филе)	-	63	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	63	5,3
минтай (филе)	-	-	-	-	94	-	-	-	-	-	-	-	94	7,8
молоко	100	34	58	23	-	100	104	58	106	-	-	-	582	48,5
творог	-	-	-	56	-	-	-	-	-	-	140	-	196	16,3
сыр	16	-	-	-	6	16	-	-	10	-	-	-	47	3,9
сметана	-	50	-	4	47	-	-	-	-	-	5	27	133	11,1
масло сливочное	10	8	12	8	12	10	10	12	10	10	5	8	114	9,5
масло подсолнечное	-	2	-	-	13	-	-	-	-	-	-	7	22	1,8
яйцо куриное	-	-	102	7	-	-	-	102	-	-	4	-	214	17,8
сахар-песок	3	7	7	18	2	3	3	7	3	7	32	-	92	7,7
мед пчелиный	10	-	-	-	10	10	10	-	10	-	-	10	60	5,0
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1,0
крахмал картофельный	-	-	-	1,5	-	-	-	-	-	-	-	-	1,5	0,1
соль йодированная	1	0,8	0,5	0,4	0,8	1	1	0,5	1	0,7	0,4	1,8	9,9	0,8
кислота лимонная	-	-	-	-	0,5	-	-	-	-	-	-	-	0,5	0,04
ванилин	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,01	-	0,01	0

**Меню горячих обедов (основное), вариант 2**

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
54-20з-2020	Горошек зеленый	60	1,8	0,1	3,6	22,1
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	75	5	0,9	29,7	146,7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>34,3</b>	<b>30,2</b>	<b>75,7</b>	<b>712,2</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-19з-2020	Маринад овощной с томатом	60	0,9	5,3	5,8	74,7
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-6г-2020	Рис отварной	135	3,2	4,9	32,8	187,9
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2
54-12хн-2020	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>28</b>	<b>37</b>	<b>83,8</b>	<b>781,3</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-1г-2020	Макароньки отварные	135	4,8	5	29,5	181,8
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-9хн-2020	Компот из облепихи	200	0,2	1	7,4	39
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого за Обед</b>	<b>780</b>	<b>34,1</b>	<b>26,2</b>	<b>97,4</b>	<b>761,4</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-22м-2020	Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,3
54-19хн-2020	Компот из клюквы с медом	200	0,2	0	8	32,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	90	5,9	1,1	35,6	176
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>34,3</b>	<b>12,8</b>	<b>78,9</b>	<b>567,8</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
Пром.	Икра из кабачков	60	1,1	5,3	4,6	71,1
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	135	2,8	5,5	17,8	131,2
54-5м-2020	Котлеты из курицы	75	14,3	3,3	10	127,1
54-1соус-2020	Соус сметанный	30	0,4	2,5	1	28,5
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб в ассортименте	75	5	0,9	29,7	146,7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>775</b>	<b>28,7</b>	<b>23,6</b>	<b>88,6</b>	<b>681,7</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>					
54-20з-2020	Горошек зеленый	60	1,8	0,1	3,6	22,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,1	6	31,1	207,1
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,5	1,9	168,2
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	75	5	0,9	29,7	146,7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>745</b>	<b>30,8</b>	<b>25,7</b>	<b>91,5</b>	<b>721,1</b>

	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-15м-2020	Плов из булгура с курицей	200	19,7	8,7	38,8	312,3
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	75	5	0,9	29,7	146,7
	<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>35,5</b>	<b>14,2</b>	<b>104,1</b>	<b>686,2</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-19з-2020	Маринад овощной с томатом	60	0,9	5,3	5,8	74,7
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-6г-2020	Рис отварной	135	3,2	4,9	32,8	187,9
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2
54-19хн-2020	Компот из клюквы с медом	200	0,2	0	8	32,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого за Обед</b>	<b>735</b>	<b>30,1</b>	<b>35,5</b>	<b>91</b>	<b>804,2</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-20з-2020	Горошек зеленый	60	1,8	0,1	3,6	22,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	135	7,4	6,2	32,3	215
54-16м-2020	Курица тушеная с морковью	100	14,1	6,3	4,4	131,2
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб в ассортименте	90	5,9	1,1	35,6	176
	<b>Итого за Обед</b>	<b>785</b>	<b>34,3</b>	<b>19,8</b>	<b>105,7</b>	<b>739,6</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
Пром.	Икра из кабачков	60	1,1	5,3	4,6	71,1
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого за Обед</b>	<b>745</b>	<b>27,5</b>	<b>31,9</b>	<b>81,8</b>	<b>723,7</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	31,3
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6
54-7хн-2020	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	90	5,9	1,1	35,6	176
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>43,2</b>	<b>13,8</b>	<b>97,2</b>	<b>686,4</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	90	5,9	1,1	35,6	176
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>31,3</b>	<b>26,8</b>	<b>82,7</b>	<b>697,5</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>751,7</b>	<b>32,7</b>	<b>24,8</b>	<b>90,0</b>	<b>713,4</b>

#### Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	713,4 ккал	30,4	2350
Витамин С	20,3 мг	33,8	60,0
Витамин В1	0,4 мг	33,3	1,2
Витамин В2	0,3 мг	21,4	1,4

Витамин А	361,8 рет. экв.	51,7	700,0
Кальций	140,2 мг	12,7	1100,0
Фосфор	448,9 мг	40,8	1100,0
Магний	157,4 мг	63,0	250,0
Железо	7,3 мг	60,8	12,0
Калий	577,5 мг	52,5	1100,0
Йод	0,08 мг	80,0	0,1
Селен	0,016 мг	53,3	0,03

**Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню обедов (Основное меню), вариант 2, по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто**

Название продукта	ОБЕД												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	75	60	74	90	84	75	75	60	90	74	90	90	938	78,2
сухари панировочные	-	-	8	-	8	-	-	-	-	8	-	-	25	2,1
мука пшеничная в/с	2	4	3	1	3	1	-	4	3	2	-	-	23	1,9
крупа рисовая	4	49	-	-	-	-	-	49	-	-	45	4	151	12,5
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	60	-	-	62	-	-	-	122	10,2
горох	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	-	-	32	2,7
булгур	-	-	-	-	-	-	64	-	-	-	-	-	64	5,3
макаронные изделия в/с	-	-	46	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46	3,8
картофель	82	22	109	192	154	22	109	68	22	171	109	223	1282	106,8
огурец соленый	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	30	2,5
свекла	-	40	-	-	-	40	-	-	40	-	-	-	120	10,0
петрушка (корень)	-	1	4	3	1	2	3	3	1	1	3	-	17	1,5
петрушка (зелень)	-	-	-	4	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0,3
огурец	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	68	136	11,3
морковь	17	58	15	34	10	20	29	55	41	10	23	10	320	26,7
лук репчатый	23	21	15	24	10	12	25	21	23	10	21	27	233	19,4
кукуруза консерв.	-	-	93	-	-	-	93	-	-	-	93	-	279	23,3
капуста белокочанная	191	20	-	-	70	20	-	-	20	70	-	-	391	32,6
икра из кабачков (консерв.)	-	-	-	-	60	-	-	-	-	60	-	-	120	10,0
томатное пюре	8	15	12	7	1	6	2	9	6	1	13	7	87	7,2
горошек зел. консерв.	93	-	-	-	-	93	-	-	93	-	-	-	279	23,3
смородина черная	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32	-	32	2,7
облепиха	-	-	21	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	1,8
клюква	-	21	-	21	-	-	-	21	-	-	-	-	64	5,4
брусника	-	-	-	-	-	21	-	-	-	-	-	21	43	3,6
смесь сухофруктов	-	-	-	-	27	-	-	-	27	-	-	-	54	4,5
курага	21	-	-	-	-	-	21	-	-	21	-	-	64	5,4
говядина 1 кат.	121	-	99	-	-	73	26	-	-	73	26	114	531	44,2
куриная грудка (филе)	-	-	-	94	63	-	61	-	67	-	121	-	406	33,8
минтай (филе)	-	94	-	-	-	-	-	94	-	-	-	-	187	15,6
молоко	-	-	17	-	35	-	-	-	-	41	-	-	93	7,8
сыр	-	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	11	1,0
сметана	10	57	-	-	25	30	-	47	19	10	-	10	208	17,4
масло сливочное	10	11	13	-	7	7	-	11	8	12	-	7	85	7,1
масло подсолнечное	5	17	-	10	6	4	8	17	7	4	7	4	88	7,4
яйцо куриное	-	-	2	-	-	-	2	-	-	-	2	-	5	0,5
сахар-песок	11	11	8	-	7	12	7	2	9	7	7	10	92	7,6
мед пчелиный	-	-	-	10	-	-	-	10	-	-	-	-	20	1,7
крахмал картофельный	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	-	6	12	1,0
соль йодированная	1,1	1,1	1,1	1,1	1	0,9	1,5	1,1	1,5	1	1,3	1,1	14	1,2

лавровый лист	0,1	0,04	0,1	0,1	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,1	0,7	0,05
кислота лимонная	-	0,7	-	-	-	0,2	-	0,5	0,2	-	-	-	2	0,1

## Меню горячих завтраков (сахарный диабет)

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
		г.	г.	г.	г.	Ккал.	
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	210	7,3	10,7	44,2	302,3	3,7
54-27гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>8,5</b>	<b>11</b>	<b>51,8</b>	<b>339,9</b>	<b>4,3</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44,4</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>525</b>	<b>8,9</b>	<b>11,4</b>	<b>61,6</b>	<b>384,3</b>	<b>5,1</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-17м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	150	17,7	18	19,8	312,2	1,7
54-1соус-2020	Соус сметанный	30	0,4	2,5	1	28,5	0,1
54-25гн-2020	Чай с сиропом стевии	200	0,2	0	1,5	7,2	0,1
Пром.	Йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>22,7</b>	<b>23,2</b>	<b>33,7</b>	<b>435,3</b>	<b>2,8</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>695</b>	<b>23,7</b>	<b>23,4</b>	<b>53,9</b>	<b>521,9</b>	<b>4,5</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3	0,3
54-28гн-2020	Чай с облепихой и сиропом стевии	200	0,3	0,6	2,1	15,4	0,2
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3	2,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>17</b>	<b>20,3</b>	<b>46,2</b>	<b>435,7</b>	<b>3,9</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>20,6</b>	<b>84</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>710</b>	<b>17,4</b>	<b>20,3</b>	<b>66,8</b>	<b>519,7</b>	<b>5,6</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150	14	11,9	27,3	272,4	2,3
54-26гн-2020	Чай с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>365</b>	<b>16,6</b>	<b>13,6</b>	<b>36,9</b>	<b>335,6</b>	<b>3,1</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44,4</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>465</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>46,7</b>	<b>380</b>	<b>3,9</b>



	<b>Пятница, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	3,0
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2	0,4
54-29гн-2020	Чай со смородиной и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,3	11,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>20,5</b>	<b>25,8</b>	<b>50,4</b>	<b>516</b>	<b>4,2</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>20,6</b>	<b>84</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>705</b>	<b>20,9</b>	<b>25,8</b>	<b>71</b>	<b>600</b>	<b>5,9</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	0
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	210	8,8	12,8	40,1	310,9	3,3
54-25гн-2020	Чай с сиропом стевии	200	0,2	0	1,5	7,2	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>14,5</b>	<b>17,6</b>	<b>53,5</b>	<b>430,5</b>	<b>4,5</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	<b>Итого</b>	<b>70</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>5,3</b>	<b>24,5</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>525</b>	<b>15,1</b>	<b>17,7</b>	<b>58,8</b>	<b>455</b>	<b>4,9</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	3,1
54-19гн-2020	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	200	0,3	0,1	1,6	8,6	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>9,6</b>	<b>11,9</b>	<b>45</b>	<b>325,9</b>	<b>3,8</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44,4</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>515</b>	<b>10</b>	<b>12,3</b>	<b>54,8</b>	<b>370,3</b>	<b>4,6</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,5	32,8	202	2,7
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,6	13,6	3,1	189	0,3
54-27гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>20,8</b>	<b>19,5</b>	<b>45,8</b>	<b>441,4</b>	<b>3,8</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>705</b>	<b>21,8</b>	<b>19,7</b>	<b>66</b>	<b>528</b>	<b>5,5</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	0
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	210	7,3	10,7	44,2	302,3	3,7
54-25гн-2020	Чай с сиропом стевии	200	0,2	0	1,5	7,2	0,1

Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>440</b>	<b>12</b>	<b>15,3</b>	<b>51,6</b>	<b>392,5</b>	<b>4,3</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	<b>Итого</b>	<b>70</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>5,3</b>	<b>24,5</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>12,6</b>	<b>15,4</b>	<b>56,9</b>	<b>417</b>	<b>4,7</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3	0,3
54-29гн-2020	Чай со смородиной и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,3	11,3	0,2
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3	2,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>17</b>	<b>19,8</b>	<b>46,4</b>	<b>431,6</b>	<b>3,9</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>710</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>66,6</b>	<b>518,2</b>	<b>5,6</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150	14	11,9	27,3	272,4	2,3
54-28гн-2020	Чай с облепихой и сиропом стевии	200	0,3	0,6	2,1	15,4	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
Пром.	Йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1	0,5
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>19,7</b>	<b>15,4</b>	<b>46,8</b>	<b>404,6</b>	<b>3,9</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>20,6</b>	<b>84</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>680</b>	<b>20,1</b>	<b>15,4</b>	<b>67,4</b>	<b>488,6</b>	<b>5,6</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>						
	<b>Завтрак</b>						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	3,0
54-16м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	0,4
54-25гн-2020	Чай с сиропом стевии	200	0,2	0	1,5	7,2	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>23,3</b>	<b>21,2</b>	<b>50,1</b>	<b>484,4</b>	<b>4,2</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>705</b>	<b>24,3</b>	<b>21,4</b>	<b>70,3</b>	<b>571</b>	<b>5,9</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>620,8</b>	<b>17,5</b>	<b>18,1</b>	<b>61,7</b>	<b>479,5</b>	<b>5,1</b>

### Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	479,5 ккал	20,4	2350
Витамин С	19,2 мг	32,0	60,0
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	262,5 рет. экв.	37,5	700,0
Кальций	179,1 мг	16,3	1100,0
Фосфор	309,6 мг	28,1	1100,0
Магний	86,2 мг	34,5	250,0
Железо	5,8 мг	48,3	12,0
Калий	412,5 мг	37,5	1100,0
Йод	0,06 мг	60,0	0,1
Селен	0,017	56,7	0,03

Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню завтраков (меню для детей с сахарным диабетом) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Название продукта	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	15	15	30	15	15	30	15	15	15	30	30	15	240	20,0
сухари панировочные	-	2	-	4	-	-	-	-	-	-	4	-	10	0,9
мука пшеничная в/с	-	1	-	-	4	-	-	3	-	-	-	1	9	0,8
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	50	4,2
крупа рисовая	-	-	-	-	54	-	-	-	-	-	-	-	54	4,5
крупа овсяная	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	50	4,2
крупа манная	-	-	-	15	-	-	-	-	-	-	15	-	30	2,5
крупа кукурузная	57	-	-	-	-	-	-	-	57	-	-	-	114	9,5
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	69	69	5,8
макаронные изделия в/с	-	-	-	-	-	-	-	51	-	-	-	-	51	4,3
картофель	-	168	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	168	14,0
томат	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	-	68	5,7
огурец	-	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	136	11,3
морковь	-	-	-	118	-	-	-	-	-	-	118	-	235	19,6
лук репчатый	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	12	1,0
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	-	7	0,6
банан	-	-	130	-	-	-	-	-	-	130	-	-	260	21,7
вишня	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	-	6	0,5
лимон	8	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	15	1,3
смородина черная	-	-	-	-	13	-	-	-	-	13	-	-	26	2,1
облепиха	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	-	26	2,1
малина	-	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	-	6	0,5
клюква	11	-	-	-	-	-	-	-	11	-	-	-	21	1,8
яблоко	100	-	-	100	-	-	107	-	-	-	-	-	307	25,6
мандарин	-	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	-	140	11,7
изюм	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-	-	-	10	0,9
сок фруктовый	-	200	-	-	-	-	-	200	-	200	-	200	800	66,7
напиток тыквенный	-	-	200	-	200	-	-	-	-	-	200	-	600	50,0
говядина 1 кат.	-	95	-	-	-	-	-	84	-	-	-	-	179	14,9
печень говяжья	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78	78	6,5
минтай (филе)	-	-	-	-	94	-	-	-	-	-	-	-	94	7,8
молоко	100	-	58	73	-	100	104	-	100	58	23	-	615	51,3
йогурт	-	100	-	-	-	-	-	-	-	-	100	-	200	16,7
творог	-	-	-	56	-	-	-	-	-	-	56	-	112	9,3
сыр	-	-	-	-	6	16	-	-	16	-	-	-	37	3,1
сметана	-	15	-	4	47	-	-	-	-	-	4	27	97	8,1
масло сливочное	10	8	12	8	12	10	10	11	10	12	8	8	117	9,8
масло подсолнечное	-	-	-	-	7	-	-	-	-	-	-	7	14	1,2
яйцо куриное	-	3	102	7	-	-	-	-	-	102	7	-	220	18,3
сахар-песок	3	-	-	6	-	3	3	-	3	-	6	-	24	2,0
сироп на стевии	5	5	5	5	5	5	-	5	5	5	5	5	55	4,6
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1,0
соль йодированная	1	0,8	0,5	0,4	0,8	1	1	0,7	1	0,5	0,4	1,8	10	0,8

## Меню горячих обедов (сахарный диабет)

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
		г.	г.	г.	г.	Ккал.	
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4	1,1
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1	1,1
54-27хн-2020	Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите	200	0,6	0,2	12,4	54,5	1,0
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>30</b>	<b>29,8</b>	<b>54,1</b>	<b>605,1</b>	<b>4,5</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44,4</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>790</b>	<b>30,4</b>	<b>30,2</b>	<b>63,9</b>	<b>649,5</b>	<b>5,3</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3	0,4
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3	0,8
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,6	13,6	134,2	1,1
54-8р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (горбуша)	80	18,7	24,1	4,3	309,2	0,4
54-26хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,1	5	22	0,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>28</b>	<b>44,2</b>	<b>43,2</b>	<b>683,3</b>	<b>3,6</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>905</b>	<b>29</b>	<b>44,4</b>	<b>63,4</b>	<b>769,9</b>	<b>5,2</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129	1,2
54-15г-2020	Капуста цветная отварная	150	3,8	4,4	6,2	79,4	0,5
54-6м-2020	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	1,0
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5	0,1
54-26хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,1	5	22	0,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>28,7</b>	<b>26,9</b>	<b>47,2</b>	<b>546,4</b>	<b>3,9</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Мандарин	140	1,1	0,3	10,5	49	0,9
	<b>Итого</b>	<b>140</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>10,5</b>	<b>49</b>	<b>0,9</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>890</b>	<b>29,8</b>	<b>27,2</b>	<b>57,7</b>	<b>595,4</b>	<b>4,8</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	0,5
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1	1,4

54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9	1,4
54-28хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,2	1	2,5	19,4	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>675</b>	<b>29,5</b>	<b>31,2</b>	<b>48,1</b>	<b>590,5</b>	<b>4,0</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>875</b>	<b>30,5</b>	<b>31,4</b>	<b>68,3</b>	<b>677,1</b>	<b>5,7</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1	0,5
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,6	13,6	134,2	1,1
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	1,0
54-27хн-2020	Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите	200	0,6	0,2	12,4	54,5	1,0
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>23,6</b>	<b>27,8</b>	<b>52,8</b>	<b>555,9</b>	<b>4,4</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Напиток тыквенный	200	0,4	0	20,6	84	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>20,6</b>	<b>84</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>900</b>	<b>24</b>	<b>27,8</b>	<b>73,4</b>	<b>639,9</b>	<b>6,1</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
Пром.	Икра из кабачков	60	1,1	5,3	4,6	71,1	0,4
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3	0,8
54-1г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8	1,7
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,5	1,9	168,2	0,2
54-29хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>22,4</b>	<b>30,4</b>	<b>48,1</b>	<b>555,9</b>	<b>4,0</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Банан	100	1,5	0	22,4	95,6	1,9
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0</b>	<b>22,4</b>	<b>95,6</b>	<b>1,9</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>805</b>	<b>23,9</b>	<b>30,4</b>	<b>70,5</b>	<b>651,5</b>	<b>5,9</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	0,5
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129	1,2
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9	1,4
54-28хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,2	1	2,5	19,4	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>32,4</b>	<b>31,1</b>	<b>51,7</b>	<b>615,8</b>	<b>4,3</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44,4</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>790</b>	<b>32,8</b>	<b>31,5</b>	<b>61,5</b>	<b>660,2</b>	<b>5,1</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>						

	<b>Обед</b>						
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3	0,4
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1	1,4
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,6	13,6	134,2	1,1
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2	0,4
54-29хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>705</b>	<b>26,7</b>	<b>38,7</b>	<b>50,2</b>	<b>656,3</b>	<b>4,2</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>905</b>	<b>27,7</b>	<b>38,9</b>	<b>70,4</b>	<b>742,9</b>	<b>5,9</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3	0,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8	1,7
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	1,0
54-26хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,1	5	22	0,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	15	1	0,2	5,9	29,3	0,5
	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>23,2</b>	<b>26,2</b>	<b>54,6</b>	<b>546,3</b>	<b>4,6</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	<b>Итого</b>	<b>70</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>5,3</b>	<b>24,5</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>770</b>	<b>23,8</b>	<b>26,3</b>	<b>59,9</b>	<b>570,8</b>	<b>5,0</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7	0,4
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,6	6,1	5,7	96,1	0,5
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1	1,1
54-27хн-2020	Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите	200	0,6	0,2	12,4	54,5	1,0
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>29,9</b>	<b>32,3</b>	<b>47,9</b>	<b>602,1</b>	<b>4,0</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,8
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44,4</b>	<b>0,8</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>790</b>	<b>30,3</b>	<b>32,7</b>	<b>57,7</b>	<b>646,5</b>	<b>4,8</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>						
	<b>Обед</b>						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	4,7	6,2	13,6	129,4	1,1
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6	2,8
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>32,9</b>	<b>15,8</b>	<b>52,1</b>	<b>483</b>	<b>4,3</b>
	<b>Дополнительный прием пищи</b>						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	<b>Итого</b>	<b>70</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>5,3</b>	<b>24,5</b>	<b>0,4</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>730</b>	<b>33,5</b>	<b>15,9</b>	<b>57,4</b>	<b>507,5</b>	<b>4,8</b>

<b>Суббота, 2 неделя</b>							
<b>Обед</b>							
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129	1,2
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9	1,4
54-29хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,0
	<b>Итого</b>	<b>690</b>	<b>32</b>	<b>24,3</b>	<b>51,7</b>	<b>553,2</b>	<b>4,3</b>
<b>Дополнительный прием пищи</b>							
Пром.	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86,6	1,7
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0,2</b>	<b>20,2</b>	<b>86,6</b>	<b>1,7</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>890</b>	<b>33</b>	<b>24,5</b>	<b>71,9</b>	<b>639,8</b>	<b>6,0</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>836,7</b>	<b>29,1</b>	<b>30,1</b>	<b>64,7</b>	<b>645,9</b>	<b>5,4</b>

#### Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	645,9 ккал	27,5	2350
Витамин С	106,6 мг	177,7	60,0
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,3 мг	21,4	1,4
Витамин А	422,8 рет. экв.	60,4	700,0
Кальций	150,4 мг	13,8	1100,0
Фосфор	363,0 мг	33,0	1100,0
Магний	112,7 мг	45,1	250,0
Железо	7,3 мг	60,8	12,0
Калий	742,5 мг	67,5	1100,0
Йод	0,08 мг	80,0	0,1
Селен	0,01	33,3	0,03



**Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню обедов (меню для детей с сахарным диабетом) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто**

Название продукта	ОБЕД												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	30	15	29	15	29	15	30	15	29	30	-	30	268	22,3
сухари панировочные	-	-	8	-	8	-	-	-	8	-	-	-	25	2,1
мука пшеничная в/с	2	6	1	-	3	1	-	6	-	4	-	-	22	1,8
крупа рисовая	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	49	-	53	4,4
горох	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	-	-	32	2,7
картофель	82	87	109	209	65	193	250	133	193	-	82	250	1653	137,8
огурец соленый	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	-	30	2,5
томатное пюре	8	6	2	7	1	6	9	-	6	9	11	9	73	6,1
икра из кабачков (консерв.)	-	-	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	60	5,0
томат	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	68	-	136	11,3
свекла	-	40	-	-	-	40	-	-	40	71	-	-	191	15,9
репа	-	30	-	-	30	-	-	30	-	-	-	-	90	7,5
петрушка (корень)	-	1	3	3	1	2	3	3	1	1	-	3	16	1,4
перец сладкий	68	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	203	17,0
огурец	-	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	68	5,7
морковь	17	88	10	18	40	20	18	86	13	19	23	10	361	30,0
лук репчатый	23	25	13	35	25	12	37	25	10	23	18	30	277	23,1
капуста цветная	-	-	203	-	-	-	-	-	-	-	-	-	203	16,9
капуста белокочанная	191	58	-	94	108	20	94	38	20	261	-	-	882	73,5
смородина черная	-	-	-	-	-	21	-	21	-	-	-	21	64	5,4
облепиха	-	-	-	21	-	-	21	-	-	-	32	-	75	6,2
малина	-	-	-	-	-	21	-	21	-	-	-	21	64	5,3
брусника	-	-	-	-	-	21	-	21	-	-	-	21	64	5,4
яблоко	100	66	45	-	-	-	100	20	45	100	-	-	476	39,7
мандарин	-	-	140	-	-	-	-	-	70	-	70	-	280	23,3
банан	-	-	-	-	-	100	-	-	-	-	-	-	100	8,3
шиповник (сухой)	21	-	-	-	21	-	-	-	-	21	-	-	64	5,4
сок яблочный	-	200	-	200	-	-	-	200	-	-	-	200	800	66,7
напиток тыквенный	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	200	16,7
говядина 1 кат.	121	-	99	114	73	73	140	-	73	121	-	140	953	79,4
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	121	-	121	10,1
минтай (филе)	-	-	-	-	-	-	-	94	-	-	-	-	94	7,8
горбуша (филе)	-	94	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	94	7,8
молоко	-	-	17	-	17	24	-	-	41	-	-	-	100	8,3
сыр	-	6	-	-	-	-	-	6	-	-	-	-	11	1,0
сметана	10	80	25	-	33	30	-	70	10	10	10	-	277	23,1
масло сливочное	10	6	7	7	6	8	7	6	12	10	-	7	84	7,0
масло подсолнечное	5	21	5	10	8	4	6	21	4	8	11	-	101	8,5
яйцо куриное	-	-	2	-	-	-	2	-	-	-	-	2	5	0,5
сахар-песок	4	2	-	2	-	2	2	-	2	4	-	-	18	1,5
сироп шиповник на сорбите	5	-	-	-	5	-	-	-	-	5	-	-	15	1,3
сироп на стевии	-	5	5	5	-	5	5	5	5	-	5	5	45	3,8
соль йодированная	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	14	1,2
лавровый лист	0,14	0,04	0,04	0,07	0,04	0,04	0,07	0,04	0,04	0,14	0,04	0,07	0,8	0,1
кислота лимонная	-	0,4	0,2	0,1	-	0,2	0,1	-	0,4	-	-	-	1,4	0,1

## Меню горячих завтраков (целиакия)

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
<b>Понедельник, 1 неделя</b>						
54-7к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	210	8,5	11,7	43,5	313,2
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>10,2</b>	<b>13,4</b>	<b>72,9</b>	<b>452,4</b>
<b>Вторник, 1 неделя</b>						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	30	0,8	3,5	2,3	43,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>22,8</b>	<b>24,6</b>	<b>43,3</b>	<b>484,3</b>
<b>Среда, 1 неделя</b>						
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-5гн-2020	Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	7	35
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>21,1</b>	<b>52,2</b>	<b>463,5</b>
<b>Четверг, 1 неделя</b>						
54-7т-2020	Творожно-пшеничная запеканка	150	10,1	6,9	14,1	159,3
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>15,4</b>	<b>12,6</b>	<b>62,2</b>	<b>422,3</b>
<b>Пятница, 1 неделя</b>						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>60,4</b>	<b>421,7</b>
<b>Суббота, 1 неделя</b>						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-20к-2020	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	6,7	26,6	195,4
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>13,9</b>	<b>12,3</b>	<b>75,1</b>	<b>467,1</b>
<b>Понедельник, 2 неделя</b>						
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>11,4</b>	<b>14,7</b>	<b>68,9</b>	<b>452,8</b>
<b>Вторник, 2 неделя</b>						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-18г-2020	Макаронны безглютеновые отварные	150	3,5	5,1	34,3	197

54-16м -2020	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,8	133,6
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	30	0,8	3,5	2,3	43,5
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>15</b>	<b>18,8</b>	<b>63,3</b>	<b>481,7</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	5	7	23,9	178
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>10,4</b>	<b>12,7</b>	<b>48,6</b>	<b>349,9</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>20,6</b>	<b>52,4</b>	<b>459,4</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-7т-2020	Творожно-пшеничная запеканка	150	10,1	6,9	14,1	159,3
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2
54-5гн-2020	Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	7	35
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>14,1</b>	<b>11,7</b>	<b>60,6</b>	<b>403,8</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
54-19м-2020	Печень тертая	60	8,5	15,1	3,5	184,4
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	30	0,8	3,5	2,3	43,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>19,3</b>	<b>26,8</b>	<b>62,6</b>	<b>569</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>525,8</b>	<b>15,1</b>	<b>16,9</b>	<b>60,2</b>	<b>452,3</b>

#### Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	452,3 ккал	19,2	2350
Витамин С	16,9 мг	28,2	60
Витамин В1	0,2 мг	16,7	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	210 рет. экв мг	30,0	700
Кальций	155,8 мг	14,2	1100
Фосфор	252,7 мг	23,0	1100
Магний	74,8 мг	29,9	250
Железо	4 мг	33,3	12
Калий	330 мг	30,0	1100
Йод	0,05 мг	50,0	0,1
Селен	0,01 мг	33,3	0,03

Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню завтраков (меню для детей с целиакией) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Название продукта	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Ср. знач.	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
хлеб безглютеновый	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30,0
мука рисовая	-	2	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	2	5	0,5
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	38	-	-	-	-	-	-	69	107	8,9
крупа рисовая	-	-	-	-	54	-	-	6	15	-	-	-	-	75	6,3
крупа пшеничная	50	-	-	20	-	-	50	-	11	-	20	-	-	151	12,6
макаронные изделия безглютеновые	-	-	-	-	-	-	-	52	-	-	-	-	-	52	4,3
картофель	-	171	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	171	14,3
томат	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	-	-	68	5,7
огурец	-	68	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	68	203	17,0
лук репчатый	-	3	-	-	20	-	-	8	-	-	-	-	20	50	4,2
морковь	-	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	0,2
банан	-	-	130	-	-	130	-	-	-	130	-	-	-	390	32,5
лимон	8	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	-	15	1,3
мандарин	-	-	-	-	-	-	-	-	70	-	-	-	-	70	5,8
яблоко	100	-	-	100	-	-	100	-	-	-	100	-	-	400	33,3
облепиха	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	26	2,1
смородина черная	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	13	-	-	26	2,1
изюм	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	0,9
говядина 1 кат.	-	110	-	-	-	-	-	52	-	-	-	-	-	161	13,4
печень говяжья	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	46	46	3,9
минтай (филе)	-	-	-	-	72	-	-	-	-	-	-	-	-	72	6,0
молоко сгущ.с сах.	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	30	-	-	60	5,0
молоко	104	47	58	50	26	96	154	31	102	58	-	23	-	747	62,2
творог	-	-	-	40	-	-	-	-	-	-	40	-	-	80	6,7
сыр	-	-	-	-	-	16	-	-	16	-	-	-	-	31	2,6
масло сливочное	10	11	12	3	7	4	10	4	5	12	3	29	-	108	9,0
масло подсолнечное	-	-	-	-	6	-	-	7	-	-	-	-	-	13	1,1
яйцо куриное	-	-	102	11	-	-	-	-	-	102	11	7	-	232	19,3
сахар-песок	10	7	7	7	7	10	10	7	10	7	7	7	-	96	8,0
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	12	1,0
соль йодированная	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	2	-	10	0,8

### Меню горячих обедов (целиакия)

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	200	1,2	1,7	9,6	58,4
54-19г-2020	Капуста белокочанная тушеная	150	2,9	26,5	8,1	282,9
54-21м-2020	Курица отварная	60	19,3	1,5	0,7	92,9
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>26,9</b>	<b>32,1</b>	<b>67,1</b>	<b>664,5</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-14с-2020	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	200	1,3	3,6	8,8	73
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-11хн-2020	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,8	32,7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>20,9</b>	<b>26,8</b>	<b>85,6</b>	<b>668,7</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-18г-2020	Макаронные изделия безглютеновые отварные	150	3,5	5,1	34,3	197
54-3м-2020	Голубцы ленивые	75	6,3	5,9	4,8	98
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	50	1,3	5,8	3,8	72,6
54-7хн-2020	Компот из смородины	200	0,3	0,1	8,4	35,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>795</b>	<b>22,9</b>	<b>23,6</b>	<b>93,5</b>	<b>678,8</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>720</b>	<b>31</b>	<b>32,3</b>	<b>85,5</b>	<b>756,7</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	200	1,3	3,1	5,9	57,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	50	1,3	5,8	3,8	72,6
54-11хн-2020	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,8	32,7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>780</b>	<b>25,9</b>	<b>31,2</b>	<b>66,5</b>	<b>650,3</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,8	133,6
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	20	0,5	2,3	1,5	29
54-6хн-2020	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8

Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>25,3</b>	<b>26,6</b>	<b>90,8</b>	<b>705,3</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-19г-2020	Капуста белокочанная тушеная	150	2,9	26,5	8,1	282,9
54-21м-2020	Курица отварная	60	19,3	1,5	0,7	92,9
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>35</b>	<b>40,9</b>	<b>74,3</b>	<b>805,8</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-11хн-2020	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,8	32,7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>750</b>	<b>23,6</b>	<b>24,7</b>	<b>93,1</b>	<b>689,4</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	50	1,3	5,8	3,8	72,6
54-9хн-2020	Компот из облепихи	200	0,2	1	7,4	39
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>780</b>	<b>29,1</b>	<b>35,1</b>	<b>68,9</b>	<b>706,9</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	200	1,3	3,1	5,9	57,1
54-19г-2020	Капуста белокочанная тушеная	150	2,9	26,5	8,1	282,9
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	50	1,3	5,8	3,8	72,6
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>780</b>	<b>26,6</b>	<b>54,2</b>	<b>64,3</b>	<b>851,9</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	200	1,2	1,7	9,6	58,4
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6
54-12хн-2020	Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>720</b>	<b>31,4</b>	<b>12,2</b>	<b>78,1</b>	<b>548,5</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9
54-11хн-2020	Компот из брусники	200	0,1	0,1	7,8	32,7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	<b>Итого за Обед</b>	<b>720</b>	<b>31,8</b>	<b>26,1</b>	<b>67,8</b>	<b>633,9</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>750,4</b>	<b>27,5</b>	<b>30,5</b>	<b>78</b>	<b>696,7</b>

Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 7-11 лет

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	696,7 ккал	29,6	2350
Витамин С	63,7 мг	106,2	60,0
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,3 мг	21,4	1,4
Витамин А	367,5 рет. экв.	52,5	700,0
Кальций	118,5 мг	10,8	1100,0
Фосфор	309,2 мг	28,1	1100,0
Магний	105,0 мг	42,0	250,0
Железо	4,4 мг	36,7	12,0
Калий	577,5 мг	52,5	1100,0
Йод	0,08 мг	80,0	0,1
Селен	0,01	33,3	0,03

**Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню обедов (меню для детей с целиакией) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто**

Название продукта	ОБЕД												Сумма за цикл	Ср. знач.	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
хлеб безглютеновый	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	720	60,0
мука рисовая	-	-	3	-	3	1	-	-	3	3	-	-	-	13	1,1
крупа рисовая	8	54	4	-	-	6	-	54	-	-	53	-	-	179	14,9
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	69	-	-	-	-	-	-	-	69	5,8
горох	-	-	-	16	-	-	-	16	-	-	-	-	-	32	2,7
макаронные изделия безглютеновые	-	-	52	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	52	4,3
картофель	28	22	109	209	199	22	109	68	193	27	28	250	1263	105,3	
томат	10	-	68	-	11	68	10	-	-	21	68	-	256	21,3	
свекла	-	40	-	-	-	40	-	-	40	71	-	-	191	15,9	
петрушка (корень)	-	-	3	3	-	1	3	3	1	-	-	3	14	1,1	
петрушка (зелень)	5	2	-	-	2	-	3	-	-	2	2	-	14	1,2	
перец сладкий	68	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	203	17,0	
огурец	15	-	-	-	-	-	-	-	68	-	15	-	98	8,2	
морковь	25	58	10	18	13	13	30	56	15	25	26	10	299	24,9	
лук репчатый	15	30	18	35	8	18	33	30	13	18	11	30	257	21,4	
капуста белокочанная	193	20	56	94	49	20	286	-	20	242	-	-	980	81,7	
томатное пюре	-	-	2	7	-	6	2	-	6	-	11	9	42	3,5	
смородина черная	-	-	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32	2,7	
облепиха	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	-	-	21	1,8	
клюква	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	21	1,8	
брусника	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	-	21	86	7,1	
яблоко	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	41	3,4	
вишня	-	-	-	-	-	42	-	-	-	-	-	-	42	3,5	
чернослив	-	-	-	-	-	-	27	-	-	-	-	-	27	2,2	
смесь сухофруктов	27	-	-	27	-	-	-	-	-	-	-	-	54	4,5	
курага	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	-	21	1,8	
говядина 1 кат.	-	-	60	114	110	52	26	-	110	110	-	140	720	60,0	
куриная грудка (филе)	98	-	-	-	-	-	98	-	-	-	121	-	316	26,3	
минтай (филе)	-	-	-	-	-	-	-	72	-	-	-	-	72	6,0	
горбуша (филе)	-	72	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	72	6,0	
молоко	-	26	38	-	62	23	-	26	62	38	-	-	273	22,7	
сметана	-	-	-	-	-	10	-	-	10	-	-	-	20	1,7	
масло сливочное	-	7	9	7	13	9	-	7	13	7	-	7	78	6,5	
масло подсолнечное	32	16	5	10	3	6	36	16	4	36	8	-	173	14,4	
яйцо куриное	-	-	2	-	-	-	2	-	-	-	-	2	5	0,5	
сахар-песок	7	9	7	9	7	9	9	7	9	7	7	7	94	7,8	
соль йодированная	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	16	1,3	
лавровый лист	-	-	0,04	0,07	-	0,04	0,04	0,04	0,04	-	-	0,07	0,3	0,03	
кислота лимонная	-	-	-	0,1	-	0,4	0,1	-	0,2	-	-	-	0,8	0,1	



### Меню горячих завтраков (муковисцидоз)

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюд	Масса	Белк и	Жир ы	Углеводы	Калорийност ь
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	260	9	13,2	54,8	374,3
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>16,5</b>	<b>26,4</b>	<b>83,5</b>	<b>636,7</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-17м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	150	17,7	18	19,8	312,2
54-1соус-2020	Соус сметанный	30	0,4	2,5	1	28,5
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>43,7</b>	<b>43,4</b>	<b>54,8</b>	<b>785,1</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-1о-2020	Омлет натуральный	250	21,1	32,2	5,2	395,4
54-13гн-2020	Чай с облепихой и медом	200	0,4	0,6	8	39,1
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>32,5</b>	<b>42,1</b>	<b>54,2</b>	<b>725</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	250	23,3	19,9	45,5	454
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>27,5</b>	<b>22,2</b>	<b>97,4</b>	<b>697,5</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2
54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>41,5</b>	<b>46</b>	<b>71,5</b>	<b>865,8</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-10к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	260	10,9	15,9	49,7	384,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>20,7</b>	<b>25,3</b>	<b>73,3</b>	<b>602,4</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					

53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,4	14,6	46,9	360
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,7	4,3	12,4	107,2
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>17,6</b>	<b>28</b>	<b>81,1</b>	<b>645,1</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,3	5,5	32,8	202
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,6	13,6	3,1	189
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>41,8</b>	<b>39,7</b>	<b>66,9</b>	<b>791,2</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	260	9	13,2	54,8	374,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>18,8</b>	<b>22,6</b>	<b>78,4</b>	<b>591,8</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-1о-2020	Омлет натуральный	250	21,1	32,2	5,2	395,4
54-14гн-2020	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>25,6</b>	<b>41</b>	<b>54,5</b>	<b>688,2</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	150	14	11,9	27,3	272,4
54-5гн-2020	Чай с облепихой и сахаром	200	0,3	0,6	7	35
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
Пром.	Йогурт	100	3,4	2,5	5,5	58,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>39,9</b>	<b>35,4</b>	<b>83,5</b>	<b>811,9</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	9,3	47,9	318,6
54-16м-2020	Печень говяжья по-строгановски	120	20,1	21	7,9	300,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>40,7</b>	<b>39,7</b>	<b>75,6</b>	<b>820,8</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>648,3</b>	<b>30,6</b>	<b>34,3</b>	<b>72,9</b>	<b>721,8</b>

**Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 7-11 лет**

Показатели	Фактические значения	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	721,8 ккал	24,5	2950
Витамин С	18,2 мг	30,3	60
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,6 мг	42,9	1,4
Витамин А	210 рет. экв мг	30,0	700
Кальций	286 мг	26,0	1100
Фосфор	433,5 мг	39,4	1100
Магний	104,5 мг	41,8	250
Железо	6,1 мг	50,8	12
Калий	330 мг	30,0	1100
Йод	0,07 мг	70,0	0,1
Селен	0,03 мг	86,7	0,03

**Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню завтраков (меню для детей с муковисцидозом), по дням цикла (в пересчете на одного ребенка), в г. брутто**

Название продукта	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Ср. знач.	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
хлеб	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30,0
сухари панировочные	-	2	-	7	-	-	-	-	-	-	-	4	-	13	1,1
мука пшеничная в/с	-	1	-	-	4	-	-	3	-	-	-	-	2	10	0,8
крупа рисовая	-	-	-	-	54	-	-	-	-	-	-	-	-	54	4,5
крупа овсяная	-	-	-	-	-	62	-	-	-	-	-	-	-	62	5,2
крупа манная	-	-	-	25	-	-	-	-	-	-	-	15	-	40	3,3
крупа кукурузная	71	-	-	-	-	-	-	-	71	-	-	-	-	141	11,8
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	92	-	92	7,7
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	63	-	-	-	-	-	-	63	5,2
макаронные изделия в/с	-	-	-	-	-	-	-	51	-	-	-	-	-	51	4,3
картофель	-	168	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	168	14,0
томат	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	-	-	68	5,7
огурец	-	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	68	136	11,3
морковь	-	-	-	196	-	-	-	-	-	-	-	118	-	313	26,1
лук репчатый	-	-	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	-	12	1,0
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	-	-	-	7	0,6
джем фруктовый	-	-	-	30	-	-	-	-	-	-	-	30	-	60	5,0
банан	-	-	130	-	-	-	-	-	-	130	-	-	-	260	21,7
лимон	8	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	-	15	1,3
смородина черная	-	-	-	-	13	-	-	-	-	13	-	-	-	26	2,1
облепиха	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	26	2,1
клюква	13	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	-	-	26	2,2
яблоко	100	-	-	100	-	-	100	-	-	-	-	-	-	300	25,0
мандарин	-	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	-	-	140	11,7
изюм	-	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	1,1
говядина 1 кат.	-	95	-	-	-	-	-	84	-	-	-	-	-	179	14,9
печень говяжья	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	117	-	117	9,7
минтай (филе)	-	-	-	-	94	-	-	-	-	-	-	-	-	94	7,8
молоко	124	-	96	88	-	124	260	-	124	96	23	-	-	935	77,9
йогурт	-	100	-	-	-	-	-	-	-	-	100	-	-	200	16,7
Кисломолочный продукт (для больших муковисцидозом)	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	800	66,7
творог	-	-	-	93	-	-	-	-	-	-	56	-	-	149	12,5
сыр	-	-	31	-	6	31	-	-	31	-	-	31	-	131	10,9
сметана	-	15	-	7	47	-	-	-	-	-	4	40	-	113	9,4
масло сливочное	22	8	19	13	12	12	23	11	12	29	8	11	-	180	15,0
масло подсолнечное	-	-	-	-	7	-	-	-	-	-	-	10	-	17	1,4
яйцо куриное	44	3	169	11	-	-	-	-	-	169	7	-	-	403	33,6
сахар-песок	11	7	-	17	7	11	11	7	11	-	13	7	-	101	8,4
мед пчелиный	-	-	10	-	-	-	-	-	-	10	-	-	-	20	1,7
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	11	0,9
какао-порошок	-	-	-	-	-	-	5	-	-	-	-	-	-	5	0,4
соль йодированная	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	3	-	13	1,0

### Меню горячих обедов (муковисцидоз)

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюд	Масса	Белк и	Жир ы	Углеводы	Калорийност ь
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,8	17	161,7
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>53,1</b>	<b>51,5</b>	<b>87</b>	<b>1023,4</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-8р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (горбуша)	160	37,4	48,3	8,6	618,5
54-25хн-2020	Кисель из клюквы	200	0,1	0	14	56,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>51,5</b>	<b>68,1</b>	<b>99,7</b>	<b>1218,5</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	5,4	17,4	161,3
54-1г-2020	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3
54-6м-2020	Биточки из говядины	150	27,3	27,2	24,6	452,8
54-3соус- 2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-14хн-2020	Компот из смородины с медом	200	0,4	0,1	9,3	39,6
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>51,9</b>	<b>42,3</b>	<b>125,5</b>	<b>1089,7</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	250	8,4	5,7	20,3	166,4
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>43,5</b>	<b>45,9</b>	<b>101,8</b>	<b>993,9</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7,6	7,1	120,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-4м-2020	Котлеты из говядины	150	27,3	27,2	24,6	452,8
54-2соус- 2020	Соус белый основной	50	1,4	2,1	2,2	33,1
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>43,7</b>	<b>45,2</b>	<b>104</b>	<b>997,3</b>
	<b>Суббота, 1 неделя</b>					
Пром.	Икра из кабачков	60	1,1	5,3	4,6	71,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	9,3	47,9	318,6

54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	120	18	18,8	2,9	252,3
54-6хн-2020	Компот из вишни	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>40,2</b>	<b>41,8</b>	<b>102</b>	<b>945</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	5,4	17,4	161,3
54-15м-2020	Плов из булгура с курицей	200	19,7	8,7	38,8	312,3
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>56,5</b>	<b>41,1</b>	<b>115,8</b>	<b>1058,9</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	250	8,4	5,7	20,3	166,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	160	30,3	40,1	8,6	516,4
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>880</b>	<b>46,9</b>	<b>58,1</b>	<b>108,2</b>	<b>1143,9</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-4м-2020	Котлеты из говядины	150	27,3	27,2	24,6	452,8
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-9хн-2020	Компот из облепихи	200	0,2	1	7,4	39
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>43,6</b>	<b>46,1</b>	<b>100,7</b>	<b>991,4</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7,6	7,1	120,1
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
Пром.	Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	20	20	10,2	300,8
	<b>Итого</b>	<b>970</b>	<b>53,5</b>	<b>54</b>	<b>74,6</b>	<b>998</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,8	17	161,7
54-12м-2020	Плов с курицей	300	40,8	12,1	49,8	471,9
54-19хн-2020	Компот из клюквы с медом	200	0,2	0	8	32,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>51,6</b>	<b>20,7</b>	<b>100,9</b>	<b>796,7</b>
	<b>Суббота, 2 неделя</b>					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	5,4	17,4	161,3
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	300	30,1	29	25,8	484,4
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,8	60,7
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	<b>Итого</b>	<b>870</b>	<b>45,8</b>	<b>35,3</b>	<b>84,7</b>	<b>839,2</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>931,7</b>	<b>49,4</b>	<b>46,4</b>	<b>99,9</b>	<b>1014,4</b>

**Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 7-11 лет**

Показатели	Фактические значения	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	1014,4 ккал	34,4	2950
Витамин С	62,9 мг	104,8	60
Витамин В1	0,4 мг	33,3	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	367,5 рет. экв мг	52,5	700
Кальций	173,8 мг	15,8	1100
Фосфор	543,8 мг	49,4	1100
Магний	164,2 мг	65,7	250
Железо	8,4 мг	70,0	12
Калий	577,5 мг	52,5	1100
Йод	0,07 мг	70,0	0,1
Селен	0,03 мг	86,7	0,03

**Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню обедов (меню для детей с муковисцидозом) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто**

Название продукта	ОБЕД												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	60	60	89	60	89	60	60	60	89	60	60	60	805,8	67,2
сухари панировочные	-	-	17	-	17	-	-	-	17	-	-	-	49,8	4,2
мука пшеничная в/с	2	9	3	-	5	2	-	9	3	4	-	-	34,9	2,9
крупа рисовая	5	54	-	-	-	-	-	54	-	-	73	-	186	15,5
крупа гречневая ядрица	-	-	-	-	-	92	-	-	-	-	-	-	92	7,7
горох	-	-	-	20	-	-	-	20	-	-	-	-	40	3,3
булгур	-	-	-	-	-	-	64	-	-	-	-	-	64	5,3
макаронные изделия в/с	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	-	-	68	5,7
картофель	102	27	136	226	229	27	136	85	256	-	102	348	1673,6	139,5
огурец соленый	19	-	-	-	-	-	-	-	-	-	19	-	37,6	3,1
томат	-	-	68	-	-	-	-	-	-	-	68	-	135,6	11,3
свекла	-	50	-	-	-	50	-	-	50	71	-	-	221,3	18,4
петрушка (корень)	-	1	4	3	2	3	3	3	2	1	-	3	24,6	2,1
перец сладкий	68	-	-	-	68	-	-	-	-	-	-	68	203,4	17,0
огурец	-	-	-	-	-	-	-	-	68	-	-	-	67,8	5,7
морковь	19	61	17	20	13	27	39	58	20	19	33	13	338,0	28,2
лук репчатый	26	13	18	37	15	16	36	13	15	26	25	42	279,3	23,3
капуста белокочанная	191	25	-	94	88	25	94	-	25	279	-	-	819,6	68,3
икра из кабачков (консерв.)	-	-	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	60	5,0
томатное пюре	8	8	13	7	2	8	3	-	18	10	16	12	101,4	8,5
смородина черная	-	-	32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32,1	2,7
облепиха	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	-	-	21,4	1,8
клюква	-	21	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	42,8	3,6
брусника	-	-	-	-	21	-	-	21	-	-	-	21	64,2	5,4
яблоко	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	40,6	3,4
вишня	-	-	-	-	-	42	-	-	-	-	-	-	42,4	3,5
смесь сухофруктов	27	-	-	27	-	-	-	-	-	-	-	-	53,6	4,5
чернослив	-	-	-	-	-	-	27	-	-	-	-	-	26,8	2,2
курага	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	-	-	21,4	1,8
говядина I кат.	121	-	178	114	146	109	32	-	146	121	-	203	1169,9	97,5
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	-	61	-	-	-	181	-	241,9	20,2
минтай (филе)	-	-	-	-	-	-	-	187	-	-	-	-	187,1	15,6
горбуша (филе)	-	187	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	187,1	15,6
молоко	-	-	35	-	67	-	-	-	67	-	-	-	167,8	14,0
Кисломолочный продукт (для больных муковисцидозом)	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	800	66,7

сыр	-	11	-	-	-	-	-	11	-	-	-	-	22,6	1,9
сметана	13	107	-	-	13	43	-	94	13	13	13	0	305,5	25,5
масло сливочное	10	16	21	7	22	11	-	16	21	10	-	10	143,9	12,0
масло подсолнечное	6	25	-	11	5	5	14	25	5	9	15	-	119,5	10,0
яйцо куриное	-	-	2	-	-	-	2	-	-	-	-	2	6,6	0,6
сахар-песок	11	13	1	9	11	10	9	10	11	11	-	10	105	8,8
мед пчелиный	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	10	-	20	1,7
крахмал картофельный	-	6	-	-	6	-	-	6	-	-	-	6	24	2,0
соль йодированная	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	18,6	1,6
лавровый лист	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,9	0,1
кислота лимонная	-	0,3	-	0,1	-	0,5	0,1	-	0,3	-	-	-	1,3	0,1

## Меню завтраков (фенилкетонурия)

Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	г.	г.	г.	г.	ккал.
<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
Молочный десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,6	197,9
Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
<i>Специализированный диетический (лечебный) продукт (смесь)*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется педиатром индивидуально по каждому ребенку с учетом возраста, массы тела и клинического состояния</i>				
<b>Итого **</b>	<b>400</b>	<b>1,7</b>	<b>20,8</b>	<b>23,2</b>	<b>286,7</b>
<b>Вторник, 1 неделя</b>					
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,7	198,4
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>1,7</b>	<b>20,6</b>	<b>24,3</b>	<b>289,4</b>
<b>Среда, 1 неделя</b>					
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)*	200	0,8	20	10,2	224
Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>270</b>	<b>1,4</b>	<b>20,1</b>	<b>15,5</b>	<b>248,5</b>
<b>Четверг, 1 неделя</b>					
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>3,2</b>	<b>20</b>	<b>37,2</b>	<b>341,3</b>
<b>Пятница, 1 неделя</b>					
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>2,7</b>	<b>20,4</b>	<b>19,9</b>	<b>274</b>
<b>Суббота, 1 неделя</b>					
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	0,8	20	10,2	224
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>1,6</b>	<b>20,6</b>	<b>30,8</b>	<b>315</b>
<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>1,7</b>	<b>20,8</b>	<b>23,2</b>	<b>286,7</b>
<b>Вторник, 2 неделя</b>					
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>1,7</b>	<b>20,6</b>	<b>24,3</b>	<b>289,4</b>
<b>Среда, 2 неделя</b>					
Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	0,8	20	10,2	224
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>270</b>	<b>1,4</b>	<b>20,1</b>	<b>15,5</b>	<b>248,5</b>
<b>Четверг, 2 неделя</b>					



Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>3,2</b>	<b>20</b>	<b>37,2</b>	<b>341,3</b>
<b>Пятница, 2 неделя</b>					
Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>2,7</b>	<b>20,4</b>	<b>19,9</b>	<b>274</b>
<b>Суббота, 2 неделя</b>					
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	0,8	20	10,2	224
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>1,6</b>	<b>20,6</b>	<b>30,8</b>	<b>315</b>
<b>Средние показатели за период</b>	<b>370</b>	<b>2,1</b>	<b>20,4</b>	<b>25,2</b>	<b>292,5</b>

\* - в случае если отсутствует возможность включения в меню десертов для детей с ФКУ, допускается увеличение объема специализированной диетической смеси для детей с ФКУ;

\*\* - графа итога приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню завтраков (меню для детей с фенилкетонурией) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Название продукта	ЗАВТРАК												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
апельсин	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	200	-	400	33,3
банан	-	-	-	150	-	-	-	-	-	150	-	-	300	25,0
груша	-	200	-	-	-	200	-	200	-	-	-	200	800	66,7
мандарин	-	-	70	-	-	-	-	-	70	-	-	-	140	11,7
яблоко	200	-	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	400	33,3
молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	800	66,7
молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	800	66,7
фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	800	66,7

\*\*\* - накопительная ведомость по продуктам приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

## Меню обедов (фенилкетонурия)

Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	г.	г.	г.	г.	ккал.
<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	120	2	12,1	11,6	163,1
Молочный десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Специализированный диетический (лечебный) продукт (смесь)*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется педиатром индивидуально по каждому ребенку с учетом возраста массы тела и клинического состояния</i>				
<b>Итого **</b>	<b>320</b>	<b>2,9</b>	<b>32,1</b>	<b>15,2</b>	<b>361</b>
<b>Вторник, 1 неделя</b>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	1,2	6,2	3,7	74,9
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,1</b>	<b>26,2</b>	<b>7,4</b>	<b>273,3</b>
<b>Среда, 1 неделя</b>					
Салат из свеклы с курагой и изюмом	120	2,1	6,5	20	146,7
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)*	200	0,8	20	10,2	224
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,9</b>	<b>26,5</b>	<b>30,2</b>	<b>370,7</b>
<b>Четверг, 1 неделя</b>					
Салат из белокочанной капусты	120	3	12,2	12,5	171,5
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>3,9</b>	<b>32,2</b>	<b>16,1</b>	<b>369,4</b>
<b>Пятница, 1 неделя</b>					
Салат из моркови с яблоками	120	1,1	12,2	8,6	148,5
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2</b>	<b>32,2</b>	<b>12,3</b>	<b>346,9</b>
<b>Суббота, 1 неделя</b>					
Салат из свеклы отварной	120	1,6	5,4	9,1	91,3
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	0,8	20	10,2	224
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,4</b>	<b>25,4</b>	<b>19,3</b>	<b>315,3</b>
<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
Салат из белокочанной капусты с морковью	120	2	12,1	11,6	163,1
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,9</b>	<b>32,1</b>	<b>15,2</b>	<b>361</b>
<b>Вторник, 2 неделя</b>					
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	1,2	6,2	3,7	74,9
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,1</b>	<b>26,2</b>	<b>7,4</b>	<b>273,3</b>
<b>Среда, 2 неделя</b>					
Салат из свеклы с курагой и изюмом	120	2,1	6,5	20	146,7
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	0,8	20	10,2	224
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,9</b>	<b>26,5</b>	<b>30,2</b>	<b>370,7</b>
<b>Четверг, 2 неделя</b>					

Салат из белокочанной капусты	120	3	12,2	12,5	171,5
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>3,9</b>	<b>32,2</b>	<b>16,1</b>	<b>369,4</b>
<b>Пятница, 2 неделя</b>					
Салат из моркови с яблоками	120	1,1	12,2	8,6	148,5
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2</b>	<b>32,2</b>	<b>12,3</b>	<b>346,9</b>
<b>Суббота, 2 неделя</b>					
Салат из свеклы отварной	120	1,6	5,4	9,1	91,3
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	0,8	20	10,2	224
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>2,4</b>	<b>25,4</b>	<b>19,3</b>	<b>315,3</b>
<b>Средние показатели за период</b>	<b>320</b>	<b>2,7</b>	<b>29,1</b>	<b>16,8</b>	<b>339,4</b>

\* - в случае если отсутствует возможность включения в меню десертов для детей с ФКУ, допускается увеличение объема специализированной диетической смеси для детей с ФКУ;

\*\* - графа итога приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

Количество продуктов, необходимое для приготовления блюд меню обедов (меню для детей с фенилкетонурией) по дням цикла (в пересчете на одного ребенка) в г. брутто

Название продукта	ОБЕД												Сумма за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
томат	-	65,1	-	-	-	-	-	65,1	-	-	-	-	130	10,9
свекла	-	-	113	-	-	143	-	-	113	-	-	143	510	42,5
огурец	-	47,5	-	-	-	-	-	47,5	-	-	-	-	95	7,9
морковь	15	-	-	15	91,5	-	15	-	-	15	91,5	-	243	20,3
лук репчатый	-	-	-	15	-	-	-	-	-	15	-	-	30	2,5
лук зеленый	-	16,3	-	-	-	-	-	16,3	-	-	-	-	33	2,7
капуста белокочанная	126	-	-	188	-	-	126	-	-	188	-	-	627	52,3
яблоко	-	-	-	-	40,7	-	-	-	-	-	40,7	-	81	6,8
изюм	-	-	12,2	-	-	-	-	-	12,2	-	-	-	24	2,0
курага	-	-	12,8	-	-	-	-	-	12,8	-	-	-	26	2,1
молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	800	66,7
молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	800	66,7
фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	800	66,7
масло подсолнечное	12	6	7,2	12	12	6	12	6	7,2	12	12	6	110	9,2
сахар-песок	6	-	-	3,6	-	-	6	-	-	3,6	-	-	19	1,6
соль йодированная	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	5	0,4
кислота лимонная	0,2	-	-	0,2	-	-	0,2	-	-	0,2	-	-	1	0,1

\*\*\* - накопительная ведомость по продуктам приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

**ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД  
МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
(для использования в ежедневной работе и при подготовке конкурсной (контрактной) документации)**

Табл.1. - Перечень пищевых продуктов для школьных завтраков и обедов и их качественные характеристики

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые ВЫБОРОЧНО рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
Говядина (телятина) 1 кат.	ГОСТ 31799-2012 «Мясо и субпродукты, замороженные в блоках, для производства продуктов питания детей раннего возраста. Технические условия», ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Класс А – мясо жилованное, замороженное в блоках: массовая доля соединительной и жировой ткани не более 9,0%
Субпродукты говяжьи		Класс Б – субпродукты обработанные, замороженные в блоках, вырабатывают следующих наименований: печень, язык, сердце
Мясо кур	ГОСТ 31962-2013 «Мясо кур (тушки кур, цыплят, цыплят-бройлеров и их части)» <b>ГОСТ 32607-2013 «Мясо кур. Тушки и их части. Требования при поставках и контроль качества»</b> ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Сорт первый – грудки, окорочка, бедра, филе. Мясо кур по возрасту забоя должно относиться ко второй категории (возраст кур не дату забоя менее 12 недель); Мясо кур может быть охлажденным с температурой от минус 2°С до плюс 4°С включительно; замороженным с температурой не выше минус 12°С; глубокозамороженным с температурой не выше минус 18°С (нужное указывается). Система откорма птицы – без АСР (без антибиотиков, стимуляторов роста), без ГМО.
Рыба мороженая	ГОСТ 3948-2016 «Филе рыбы мороженое. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Филе без кожи и костей – рыба, разрезанная по длине на две продольные части, у которой удалены голова, позвоночная, плечевые, крупные и мелкие реберные кости, остатки костей оснований брюшных и спинных плавников, плавники, внутренности, в том числе икра или молоки, кожа, черная пленка (при наличии); сгустки крови зачищены.
	ГОСТ 32366-2013 «Рыба мороженая. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Рыба, у которой срезана брюшная часть; удалены голова с плечевыми костями и анальный плавник с прилегающим к нему мясом; остатки внутренностей, сгустки крови и почки зачищены
Молоко	ГОСТ 32252-2013 «Молоко питьевое для питания детей дошкольного и школьного возраста. Технические условия»	Массовая доля жира: 2,5%; 3,0%; 3,2%; 3,5%. Режим термической обработки: пастеризация; стерилизация; ультрапастеризация. Рекомендуется использовать продукт с обогащающими компонентами: на обогащенный витамином(ами); обогащенный витамином(ами) и йодом.
Йогурт	ГОСТ 31981-2013 «Йогурты. Общие технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Йогурты, йогурты обогащенные (без немолочных компонентов и с немолочными компонентами), биоийогурты (с пробиотиками и/или пребиотиками).
Творог	ГОСТ 31453-2013 «Творог. Технические	Кисломолочный продукт, произведенный с использованием заквасочных микроорганизмов

	условия»	(лактококков или смеси лактококков и термофильных молочнокислых стрептококков) методами кислотной или кислотно-сычужной коагуляции белков с последующим удалением сыворотки путем самопрессования и (или) прессования. Продукты изготовленный из цельного или нормализованного молока. Жировая фаза продукта должна содержать только молочный жир.
Сыр	ГОСТ 32260-2013 «Сыры полутвердые. Технические условия».	Полутвердые сыры с массовой долей влаги в обезжиренном веществе* от 54,0% до 69,0% (далее – сыры), изготавливаемые из коровьего молока и продуктов, полученных из коровьего молока: обезжиренного молока и сливок, предназначенные для непосредственного употребления в пищу или дальнейшей переработки. Сыры с низкой и высокой температурой второго нагревания. Жировая фаза сыра должна содержать только молочный жир
	ГОСТ Р 52686-2006 «Сыры. Общие технические условия»	Сыры полутвердые с массовой долей влаги от 54,0 до 69,0%. Жировая фаза сыра должна содержать только молочный жир
Сметана	ГОСТ 31452-2012 «Сметана. Технические условия»	Кисломолочный продукт, который произведен путем сквашивания сливок с добавлением молочных продуктов или без их добавления с использованием заквасочных микроорганизмов – лактококков или смеси лактококков и термофильных молочнокислых стрептококков, массовая доля жира в котором составляет не менее чем 10%. Молочное сырье – нормализованные сливки. Жировая фаза продукта должна содержать только молочный жир. При производстве продукта не допускается применять стабилизаторы и загустители.
Масло сливочное	ГОСТ 32261-2013 «Масло сливочное. Технические условия»	Продукт должен обладать термоустойчивостью (от 0,70 до 1,00) – способность масла сохранять форму (не деформироваться под воздействием собственной массы) при температуре (30±1)°С. Сливочное масло может быть сладко-сливочным и кисло-сливочным. Сливочное масло должно быть несоленным. По жирности сливочное масло может быть традиционным (массовая доля жира не менее 82,5%), любительским (массовая доля жира не менее 80,0%) и крестьянским (массовая доля жира не менее 72,5%). Жировая фаза масла должна содержать только молочный жир коровьего молока
Масло подсолнечное	ГОСТ 1129-2013 «Масло подсолнечное. Технические условия»	Рафинированное дезодорированное «премиум» и «высший сорт».
Яйцо куриное	ГОСТ 31654-2012 «Яйца куриные пищевые. Технические условия»	Яйца – диетические (срок хранения которых не превышает 7 сут.) и столовые (срок хранения которых при температуре от 0 °С до 20 °С – не более 25 сут.). Категории яйца – высшая (масса одного яйца 75 г. и более), отборная (масса одного яйца 65 г. – 74,9 г.); первая (масса одного яйца 55 г. – 64,9 г.).
Крупа пшеничная	ГОСТ 572-2016 «Крупа пшеничная шлифованная. Технические условия»	Пшено шлифованное: ядра зерна проса, полностью освобожденные от цветковых пленок и частично от плодовых, семенных оболочек и зародыша в результате шелушения и шлифования зерна проса.

		Крупа должна вырабатываться из зерна проса по <a href="#">ГОСТ 22983</a> .
Крупа рисовая	<a href="#">ГОСТ 6292-93</a> «Крупа рисовая. Технические условия»	Рис шлифованный – сорт «экстра», «высший» и «первый». Рисовая крупа, используемая для производства продуктов детского питания, вырабатывают из риса, выращенного на полях без применения пестицидов и отвечающего требованиям <a href="#">ГОСТ 6293</a> .
Крупа овсяная	<a href="#">ГОСТ 3034-75</a> «Крупа овсяная. Технические условия»	Крупа высшего и первого сорта, недробленая и плющенная, выработанная из овса, поставляемого на переработку в крупу по <a href="#">ГОСТ 28673</a> .
Крупа манная	<a href="#">ГОСТ 7022-97</a> «Крупа манная. Технические условия»	Крупа вырабатывается из твердой или мягкой пшеницы или из мягкой пшеницы, с примесью твердой до 20% и предназначенной для пищевых целей. В зависимости от типа пшеницы, поступающей на помол, манная крупа может быть трех марок: М – из мягкой пшеницы; МТ – из мягкой пшеницы с примесью твердой (дурум) до 20%; Т – из твердой пшеницы (дурум).
Крупа кукурузная	<a href="#">ГОСТ 6002-69</a> «Крупа кукурузная. Технические условия»	Кукурузная шлифованная – дробленые частицы ядра кукурузы различной формы, полученные путем отделения плодовых оболочек и зародыша, зашлифованные с закругленными гранями, в зависимости от размеров частиц может быть пяти номеров.
Крупа перловая	<a href="#">ГОСТ 5784-60</a> «Крупа ячменная. Технические условия»	Ядро, освобожденное от цветковых пленок, хорошо отшлифованное Ячмень для выработки ячменной крупы по качеству должен соответствовать требованиям <a href="#">ГОСТ 28672</a>
Крупа гречневая ядрица	<a href="#">ГОСТ Р 55290-2012</a> «Крупа гречневая. Общие технические условия»	Гречневая крупа должна вырабатываться из гречихи по <a href="#">ГОСТ 19092</a> . Для детского питания используется ядрица быстро разваривающаяся (пропаренная) – целые и надколотые ядра гречихи, размером более 1,6 x 20,0 мм. Для производства гречневой быстроразваривающейся крупы используют зерно гречихи, которое в процессе переработки в крупу подвергают пропариванию. Гречневую крупу – быстроразваривающуюся ядрицу высшего и первого сортов, используемую для производства детского питания, вырабатывают из гречихи, выращенной на полях без применения пестицидов.
Булгур	<a href="#">ГОСТ 9353-2016</a> «Пшеница. Технические условия»/ <a href="#">ТУ</a> на булгур (пропаренное и дробленое зерно пшеницы)	Пшеничная крупа должна вырабатываться из поставляемой твердой пшеницы, соответствующей требованиям <a href="#">ГОСТ 9353 -2016</a> .
Горох	<a href="#">ГОСТ 28674-2019</a> «Горох. Технические условия»	Особых требований нет
Макаронные изделия	<a href="#">ГОСТ 31743-2017</a> «Изделия макаронные. Общие технические условия»	Макаронные изделия группы А – макаронные изделия, изготовленные из муки из твердой пшеницы; сорт – высший. Макаронные изделия по форме могут быть трубчатые, нитевидные, ленточные и фигурные
Картофель	<a href="#">ГОСТ 7176-2017</a> «Картофель продовольственный. Технические условия»	Клубни должны быть целыми, чистыми, не проросшими, не увядшими, не позеленевшие, без коричневых пятен.

Капуста белокочанная	<u>ГОСТ Р 51809-2001</u> «Капуста белокочанная свежая, реализуемая в розничной торговой сети. Технические условия»	Класс качества: первый.
Томат	<u>ГОСТ 34298-2017</u> «Томаты свежие. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Свекла	<u>ГОСТ 32285-2013</u> «Свекла столовая свежая, реализуемая в розничной торговой сети. Технические условия»	Сорта: высший, первый
Огурец	<u>ГОСТ 33932-2016</u> «Огурцы свежие, реализуемые в розничной торговле. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Огурец соленый	<u>ГОСТ 34220-2017</u> «Овощи соленые и квашеные. Общие технические условия»	Огурцы – целые, одного размерного ряда в одной упаковочной единице, формы и окраски, свойственной данному ботаническому сорту, не мятые, не пожелтевшие, без кожистых семян, не увядшие, не сморщенные, без механических повреждений.
Морковь	<u>ГОСТ 32284-2013</u> «Морковь столовая свежая, реализуемая в торговой розничной сети. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Перец сладкий	<u>ГОСТ 34325-2017</u> Перец сладкий свежий. Технические условия	Товарный сорт: высший
Лук репчатый	<u>ГОСТ 34306-2017</u> «Лук репчатый свежий. Технические условия»	Товарный сорт: первый.
Петрушка (корень)	<u>ГОСТ 34212-2017</u> «Петрушка свежая. Технические условия»	Корнеплоды свежие, целые, здоровые, не вялые, не загрязненные, без насекомых вредителей, без излишней внешней влажности.
Банан	<u>ГОСТ Р 51603-2000</u> «Бананы свежие. Технические условия»	Классы качества: экстра и первый.
Яблоко	<u>ГОСТ 34314-2017</u> «Яблоки свежие, реализуемые в розничной торговле. Технические условия»	Товарный сорт – высший; цветовые группы: А – красной окраски; В – неоднородной красной окраски; С – розоватой окраски, неоднородной красной окраски или с полосками красного цвета; Д – требований к окраске нет.
Мандарин, лимон	<u>ГОСТ 34307-2017</u> «Плоды цитрусовых культур. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Груша	<u>ГОСТ 33499-2015</u> «Груши свежие. Технические условия»	Товарный сорт: высший
Вишня	<u>ГОСТ 33801-2016</u> «Вишня и черешня свежие. Технические условия»	Товарный сорт: высший.
Смородина черная	<u>ГОСТ 6829-2015</u> «Смородина черная свежая. Технические условия»	Товарный сорт: высший.



Облепиха, клюква, брусника, вишня	<a href="#">ГОСТ 33823-2016 «Фрукты (ягоды) быстрозамороженные. Общие технические условия»</a>	Товарный сорт: высший.
Изюм	<a href="#">ГОСТ 6882-88 «Виноград сушеный. Технические условия»</a>	Товарный сорт: высший.
Курага, чернослив, смесь сухофруктов	<a href="#">ГОСТ 32896-2014 «Фрукты сушеные. Общие технические условия»</a>	Товарные сорта: экстра, высший.
Малина	<a href="#">ГОСТ 33915-2016 Малина и ежевика свежие. Технические условия</a>	Товарный сорт: высший.
Шиповник (сухой)	<a href="#">ГОСТ 1994-93 «Плоды шиповника. Технические условия»</a>	Цельные, очищенные от чашелистиков и плодоножек ложные плоды разнообразной формы: от шаровидной, яйцевидной или овальной до сильно вытянутой веретеновидной; длина плодов 0,7-3 см, диаметр – 0,6-1,7 см.
Лук зеленый	<a href="#">ГОСТ 34214-2017 «Лук свежий зеленый. Технические условия»</a>	Товарный сорт: первый
Репа	<a href="#">ГОСТ 32791-2014 «Репа столовая молодая свежая. Технические условия»</a>	Корнеплоды свежие, целые, молодые, здоровые, чистые, не застрелковавшиеся, не увядшие, не треснувшие, не одревеневшие, без признаков прорастания, без повреждений сельскохозяйственными вредителями, без излишней внешней влажности, типичной для ботанического сорта формы и окраски, с черешками листьев длиной не более 20 мм или без них, но без повреждения плечиков корнеплодов.
Капуста цветная	<a href="#">ГОСТ 33952-2016 «Капуста цветная свежая. Технические условия»</a>	Головки капусты свежие с листьями, без листьев или подрезанные, целые, чистые, здоровые, типичной для ботанического сорта формы и окраски, без механических повреждений, без излишней внешней влажности; с кочерыжкой не более 2 см ниже последнего кроющего листа
Сок	<a href="#">ГОСТ Р 52186-2003 «Консервы. Продукция соковая. Соки фруктовые и фруктово-овощные восстановленные. Технические условия»</a>	Допускается для корректировки вкуса добавление сахара по <a href="#">ГОСТ Р 53396</a> , <a href="#">ГОСТ 21</a> , <a href="#">ГОСТ 22</a> в количестве не более чем 1,5% от массы готовой продукции или регулятора кислотности (лимонной кислоты по <a href="#">ГОСТ 9087</a> ) в количестве не более 3 г/дм в расчете на безводную лимонную кислоту.
Джем фруктовый	<a href="#">ГОСТ 31712-2012 «Джемы. Общие технические условия»</a>	Стерилизованные, витаминизированные.
Томатное пюре (паста)	<a href="#">ГОСТ 3343-2017 «Продукты томатные концентрированные. Общие технические условия»</a>	Категория – экстра (из свежего сырья)
Горошек зеленый консервированный	<a href="#">ГОСТ 34112-2017 «Консервы овощные. Горошек зеленый. Технические условия»</a>	Товарный сорт: высший.
Икра из кабачков (консерв.)	<a href="#">ГОСТ 2654-2017 «Консервы. Икра овощная. Технические условия»</a>	Массовая доля сухих веществ, %, не менее 18.
Сахар-песок	<a href="#">ГОСТ 33222-2015 «Сахар белый»</a>	В зависимости от вида используемого сырья сахар м.б. свекловичным и из тростникового



	Технические условия».	сахара-сырца. В зависимости от способа производства белый сахар подразделяют на кристаллический и кусковой.
Мед пчелиный	ГОСТ 19792-2017 «Мед натуральный. Технические условия» ТУ (разработанные на основе ГОСТ)	Виды меда могут включать в наименование место сбора, с которого мед собран пчелами: луговой, полевой, степной, лесной, горный, таежный и др. Мед может иметь название географической местности, связанной с его происхождением: башкирский, дальневосточный, алтайский, сибирский и др. Диастазное число – не менее 8 ед. Готе
Чай черный байховый	ГОСТ 32573-2013 «Чай черный. Технические условия»	Способ технологической обработки чайного листа – листовой (крупный, средний и мелкий);
Какао-порошок	ГОСТ 108-2014 «Какао-порошок. Технические условия»	Какао-порошок – порошок из тонкоизмельченного, частично обезжиренного тертого какао, содержащий от 12% до 20% масла какао и не более 7,5% влаги.
Соль йодированная	ГОСТ Р 51574-2000. Соль поваренная пищевая. Технические условия.	Сорта поваренной соли – экстра, высший с добавкой йодид калия (йодированная соль). Массовая доля йода (40±15) мкг/г.
Хлеб	ГОСТ 31752-2012 «Изделия хлебобулочные в упаковке»	Особых требований нет
Крахмал картофельный	ГОСТ Р 53876-2010 «Крахмал картофельный. Технические условия»	Особых требований нет
Лавровый лист	ГОСТ 17594-81 «Лист лавровый сухой. Технические условия»	Особых требований нет
Кислота лимонная	ГОСТ 31726-2012 «Добавки пищевые. Кислота лимонная безводная Е330. Технические условия»	Особых требований нет
Сухари панировочные	ГОСТ 28402-89. «Сухари панировочные. Общие технические условия»	Особых требований нет
Мука пшеничная	ГОСТ 26574-2017 «Мука пшеничная хлебопекарная. Технические условия»	Сорта: экстра, высший
Полуфабрикаты (мясные, рыбные, овощные, творожные)	ТУ (разработанные на основе ГОСТ по сырью) и рецептурам блюд для детского питания	Соответствие рецептуры сборнику рецептов для детского питания

Табл.2. - Перечень пищевых продуктов (дополнительный) для школьных завтраков и обедов и их качественные характеристики для детей с сахарным диабетом

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
сиропы на сорбите, фруктозе, стевии	ГОСТ 28499-2014 «Сиропы. Общие технические условия.» / ГОСТ 18077-2013	<b>Формы: сироп</b> - концентрированный продукт, изготовленный из пищевых ингредиентов с массовой долей сухих веществ не менее 50,0%; <b>сироп с соком</b> - сироп, изготовленный с использованием натурального и (или) концентрированного сока (содержание сока по объему в готовом сиропе составляет (в пересчете на натуральный сок) не менее 6% с использованием сока цитрусовых плодов и 10% с использованием сока других плодов и ягод; <b>сироп на растительном сырье</b> - сироп, изготовленный с преобладающим использованием экстрактов, концентратов, настоев, композиций растительного сырья (растений, плодов, семян и др.) или концентрированных основ, в состав которых входят эти продукты. Нужно – указать.
	ГОСТ 18077-2013. Консервы. Соусы фруктовые. Технические условия	<b>Формы: фруктовые консервы</b> - продукты переработки фруктов в герметичной упаковке, подвергнутые обработке физическими методами, обеспечивающими микробиологическую стабильность и сохранение качества более 6 мес в зависимости от ассортимента; <b>фруктовый соус</b> - фруктовые консервы, изготовленные из протертых и/или измельченных свежих фруктов, или их полуфабрикатов, или из смеси фруктов, пряноароматических растений. Нужно – указать.

Табл.3. - Перечень пищевых продуктов (дополнительный) для школьных завтраков и обедов и их качественные характеристики для детей с целиакией

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
Макаронные изделия безглютеновые	ГОСТ 32908-2014 Изделия макаронные безглютеновые. Общие технические условия	Макаронные изделия, уровень глютена в которых не превышает 20 мг/кг продукта, изготовленные из сырья, изначально не содержащего глютен. При изготовлении безглютеновых макаронных изделий может быть использовано следующее основное сырье: мука кукурузная - <a href="#">ГОСТ 14176</a> ; мука для продуктов детского питания - <a href="#">ГОСТ 31645</a> ; крахмал картофельный - <a href="#">ГОСТ 7699</a> ; крахмал кукурузный - <a href="#">ГОСТ 32159</a> ; дополнительное сырье: овощи сушеные по государственным стандартам и другой нормативной документации, действующей на территории государства, принявшего стандарт; фрукты косточковые сушеные по <a href="#">ГОСТ 32896</a> ; картофель сушеный по <a href="#">ГОСТ 28432</a> .
Хлеб безглютеновый	ГОСТ 25832-89 Изделия хлебобулочные диетические. Технические условия	Уровень глютена не превышает 20 мг/кг продукта, изготовленные из сырья, изначально не содержащего глютен

Мука рисовая, мука гречневая мука овсяная	ГОСТ 31645-2012 «Мука для продуктов детского питания. Технические условия»	При изготовлении муки для продуктов детского питания применяют следующее сырье: крупу рисовую по <a href="#">ГОСТ 6292*</a> ; крупу гречневую по <a href="#">ГОСТ 5550*</a> ; крупу овсяную по <a href="#">ГОСТ 3034*</a> . Уровень глютена не превышает 20 мг/кг продукта, изготовленные из сырья, изначально не содержащего глютен
--	--	---

Табл.4. - Перечень пищевых продуктов (дополнительный) для школьных завтраков и обедов и их качественные характеристики для детей с муковисцидозом

Наименование пищевой продукции	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
Высокобелковый кисломолочный продукт	Содержание белка не менее 10 г. на 100 г. продукта

Табл.5. - Перечень пищевых продуктов (дополнительный) для школьных завтраков и обедов и их качественные характеристики для детей с фенилкетонурией

Наименование пищевой продукции	Стандарт качества (Соответствие требованиям)	Комментарии (качественные характеристики, которые рекомендуется отражать в конкурсной документации на поставки продуктов питания)
Специализированный диетический (лечебный) продукт (смесь)	ГОСТ 33933-2016 «Продукты диетического лечебного и диетического профилактического питания. Смеси белковые композитные сухие. Общие технические условия»	<b>Сухие белковые композитные смеси</b> - специализированные пищевые продукты с содержанием белка от 40% до 75%, состоящие из белков молока (казеина и/или белков сыворотки молока), или изолята соевого белка, или смеси белков молока (казеина и/или белков сыворотки молока) и изолята соевого белка, с добавлением одного или нескольких нижеперечисленных ингредиентов: мальтодекстрина, лецитина, полиненасыщенных жирных кислот, среднецепочечных триглицеридов, пищевых волокон, витаминов, минеральных веществ, пробиотиков и пребиотиков.
Молочный десерт, молочно-фруктовый (низкобелковый),	Содержание белка менее 1 г. на 100 г. продукта	

## КАЧЕСТВЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСНОВНЫХ ГРУПП ПРОДУКТОВ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО ОЦЕНИВАТЬ В ХОДЕ БРАКЕРАЖА СЫРОЙ ПРОДУКЦИИ

### 1. Мясо и мясопродукты:

**1.1. Говядина 1 кат.** - мясо должно иметь плотную, упругую консистенцию и аромат, свойственный говядине, без постороннего запаха. Отношение мышечной массы к костной 80%: 20%. Поверхность туш, полутуш и четвертин: от розового до красного цвета; жир белый или белый с желтоватым оттенком.

**1.2. Печень говяжья** - цвет ровный, темно-красный с коричневым оттенком, без наружных кровеносных сосудов, без желто-коричневых пятен, без лимфатических узлов, желчного пузыря, посторонних тканей и загрязнений, без посторонних запахов. При размораживании консистенция плотная и упругая. Вкус и запах характерный свежему продукту, не допускается посторонних запахов и привкусов.

### 2. Рыба и рыбопродукты:

**2.1. Рыба мороженая** – блоки - целые, плотные с ровной поверхностью, поверхность чистая; филе, рыба замороженная поштучно, без деформации; поверхность чистая, ровная, естественной окраски, консистенция (после размораживания) - плотная или мягкая, свойственная данному виду рыбы; цвет мяса - свойственный данному виду рыбы; без постороннего запаха. Вкус и запах (после варки) - свойственный данному виду рыбы, без постороннего привкуса и запаха.

### 3. Молочные продукты:

**3.1. Молоко** – цвет белый (может быть с синеватым оттенком для обезжиренного молока, со светло-кремовым оттенком для стерилизованного молока, с кремовым оттенком для топленого молока), консистенция однородная, без включений. Вкус и запах характерные для молока. Допускается сладковатый привкус.

**3.2. Йогурт** - кисломолочный продукт, консистенция однородная, в меру вязкая. Вкус и запах кисломолочный, с соответствующим вкусом и ароматом внесенных компонентов. Йогурт производят с добавлением или без добавления различных немолочных компонентов. Цвет молочно-белый или обусловленный цветом внесенных компонентов, однородный или с вкраплениями нерастворимых частиц. Йогурты хранят при температуре (4±2) С. Срок годности продукта устанавливает изготовитель с учетом требований нормативных правовых актов в области безопасности пищевой продукции.

**3.3. Творог** – кисломолочный продукт, цвет белый или с кремовым оттенком, равномерный по всей массе. Консистенция мягкая, мажущуюся или рассыпчатая. Для обезжиренного продукта может отмечаться незначительное выделение сыворотки. Вкус и запах кисломолочные, без посторонних привкусов и запахов.

**3.4. Сыр** – молочный продукт, консистенция плотная; вкус и аромат, характерные для сыра, без посторонних привкусов и запахов.

**3.5. Сметана** - однородная масса белого цвета густая (возможен слегка кремовый оттенок); консистенция - густая, слегка вязкая; вкус и запах - кисломолочный, без посторонних привкусов и запахов.

**3.6. Масло сливочное** - консистенция - плотная, пластичная, однородная; вкус и запах – сливочный с привкусом пастеризации, без посторонних привкусов и запахов; поверхность на срезе блестящая, сухая на вид.

**4. Масло подсолнечное** - прозрачное без осадка, без запаха, либо с запахом, характерным для подсолнечного масла, без посторонних включений, запаха и привкуса.

**5. Яйцо куриное** - скорлупа яиц должна быть чистой и неповрежденной. Маркировка яиц должна быть четкой, легко читаемой.

## **6. Крупы и макаронные изделия:**

**6.1. Крупа пшеничная** - цвет желтый; вкуси запах - свойственный пшеничной крупе; без посторонних привкусов; без затхлости, плесени и иных посторонних запахов.

**6.2. Крупа рисовая** - цвет-белый или белый с различными оттенками; вкус и запах - свойственный рисовой крупе; без посторонних привкусов; без затхлости, плесени и иных посторонних запахов.

**6.3. Крупа овсяная** - цвет- сероватый с различными оттенками; вкус и запах - свойственный овсяной крупе; без посторонних привкусов; без затхлости, плесени и иных посторонних запахов.

**6.4. Крупа манная** - непрозрачная мучнистая крупка ровного белого или кремового цвета; запах и вкус - свойственный манной крупе, без посторонних запахов, не затхлый; без посторонних привкусов, не кислый, не горький.

**6.5. Крупа кукурузная** - дробленые частицы ядра кукурузы различной формы (в наибольшем линейном измерении не более 0,3 мм); цвет - белый или желтый с оттенками; запах и вкус - свойственный кукурузной крупе, без посторонних запахов, не затхлый, без посторонних привкусов, не кислый, не горький.

**6.6. Крупа гречневая ядрица** - целые и надколотые ядра гречихи, не проходящие через сито из решетчатого полотна с продолговатыми отверстиями 1,6x20 мм; цвет – коричневый с разными оттенками; запах и вкус - свойственный гречневой крупе, без посторонних запахов, не затхлый, без посторонних привкусов, не кислый, не горький.

**6.7. Макароны изделия в/с** – цвет белый с желтоватым оттенком, цвет изделий с использованием дополнительного сырья изменяется в зависимости от вида этого сырья; форма - соответствует типу изделий; вкус и запах - свойственный данному изделию, без постороннего вкуса и запаха.

**7. Мед пчелиный** - внешний вид (консистенция) жидкий, частично или полностью закристаллизованный; аромат приятный, от слабого до сильного, без постороннего запаха; вкус сладкий, приятный, без постороннего привкуса.

**8. Чай черный байховый** – внешний вид листового чая - однородный, ровный, хорошо скрученный, аромат нежный, вкус – соответствующий чаю, без постороннего запаха и привкуса.

**9. Какао-порошок** – цвет от светло-коричневого до темно-коричневого цвета; не допускается серый оттенок; при растирании между пальцами не оставляет ощущения крупинок; вкус и аромат - свойственные какао-порошку, без посторонних привкусов и запахов.

**10. Соль йодированная** - сыпучий продукт, без посторонних механических примесей; вкус соленый, без постороннего привкуса; цвет белый, бежевый или серый с оттенками других цветов в зависимости от происхождения и способа производства соли, без посторонних запахов.

**11. Сахар** – сыпучий продукт, без посторонних механических примесей; вкус сладкий, цвет белый, без посторонних запахов.