

20 день

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	С	В1	А, мкг рет.экв.	Е	Са	Р	Мg	Fe
Завтрак				22,7	15,1	101,3	631,4	7,7	0,3	0,3	1,3	328,7	537,2	72,2	4,6
кукуруза консервированная (после термической обработки)	24,6	15	15	0,36		0,75	4	4,00	0,02	0,00	0,00	18,40	19,20	11,20	0,28
Котлеты из свинины и курицы "Школьные" №59-2006, Екатеринбург			120	14,1	10,3	15,2	209,9	0,12	0,03	0,07	0,70	34,00	204,00	19,20	1,14
говядина 1 категории	95	70													
или говядина полуфабрикат	83	70													
или свинина мясная	83	70													
или фарш мясной промышленного производства	70	70													
грудка куриная на кости	29	20													
или грудка куриная филе	21	20													
или фарш куриный промышленного производства	20	20													
крупа рисовая	6	6													
молоко питьевое	20	20													
масса вязкой каши		24													
лук репчатый	6	5													
яйцо куриное	12	12													
мука пшеничная	8	8													
масло растительное для смазки листа	2	2													
Соль йодированная	1,0	1,0													
Гречка вязкая отварная (р.510-2004)			180	5,5	4,4	24,0	158	0,00	0,17	0,24	0,60	11,90	169,00	25,60	1,41
крупа гречневая	45	45													
вода питьевая	144	144													
масло сливочное	4	4													
соль йодированная	0,5	0,5													
Чай с сахаром №685-2004			200	0,2	0,0	15,0	60,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0
чай-заварка	0,5	0,5													
сахар	15	15													
Фрукты в ассортименте №458-2006, Москва			180	0,8	0,0	28,8	118,4	3,6	0,04	0,0	0,0	254,0	84,0	0,0	0,30
Хлеб пшеничный			20	1,0	0,3	8,1	38,9	0,0	0,0	0,0	0,0	6,6	43,6	12,4	0,8
или Хлеб пшеничный витаминизированный			20												
Хлеб ржаной			20	0,7	0,1	9,4	41,3	0,0	0,0	0,0	0,0	3,6	17,4	3,8	0,6
или хлеб ржаной витаминизированный			20												
ИТОГО в среднем за 20 дней				26	21	90	651	19	0	5	3	292	497	68	3,2
<i>Потребность в пищевых веществах для детей с 12 до 18 лет по нормативу</i>				90	92	383	2713	70	1,4	0,9	12	1200	1800	300	17
<i>25% от суточной потребности в пищевых веществах и энергии для обучающихся в общеобразовательных учреждениях (с 12 до 18 лет)</i>				23	23	96	678	18	0,35	0,23	3	300	450	75	3,0
<i>Потребность в пищевых веществах для детей с 12 до 18 лет по нормативу (60% от суточных норм) +5%*</i>				24	24	101	712	18	0,37	0,24	3	315	473	79	3,2
<i>Потребность в пищевых веществах для детей с 12 до 18 лет по нормативу (60% от суточных норм) - 5%*</i>				21	22	91	644	17	0,33	0,21	3	285	428	71	2,9

*Приложение 4, "Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в возрасте с 7 - 11 и с 12 - 18", СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования"

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к примерному 20 - ти дневному МЕНЮ для питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях в возрасте с 12 лет и старше с января 2021 года, составленное на основании ПРИМЕРНОГО 20 - ти ДНЕВНОГО МЕНЮ №20-ШК/2409-08/82 от 18 сентября 2020 для питания обучающихся с 12 до 18 лет, горячий завтрак(осенне-зимний сезон)

№	Продукты	Норма питания в г*, мл, нетто на 1 обучающегося в возрасте с 12 - 18 лет	Норма в день, г мл, нетто, прием пищи - горячий завтрак	Фактически получено г, мл,																				за 20 дней, г	Факт в день г, мл,	% выполнения	
				Дни																							
				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	120	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	400	20	98		
2	Хлеб пшеничный	200	36	44	80	60	0	20	40	60	20	50	20	39	20	40	0	20	45	40	60	40	20	718	36	100	
3	Мука пшеничная	20	5	0	0	2	0	0	2	0	0	6	5	8	4	5	0	10	0	5	3	3	8	61	3	66	
4	Крупы, бобовые	50	18	0	0	0	11	70	0	0	47	0	0	63	45	0	11	63	0	0	0	0	51	361	18	103	
5	Макаронные изделия	20	9	61	0	0	0	0	0	0	0	61	0	0	0	0	0	0	0	61	0	0	0	183	9	102	
6	Картофель	187	62	0	154	90	0	0	154	165	0	0	154	0	0	154	0	0	154	0	58	154	0	1237	62	100	
7	Овощи свежие, зелень	320	77	105	3	64	0	116	209	45	171	15	97	18	48	100	0	135	95	0	162	100	20	1502	75	98	
8	Фрукты (плоды) свежие	185	46	30	0	0	0	220	0	0	40	30	180	5	0	40	0	180	30	0	0	0	180	935	47	101	
9	Фрукты(плоды) сухие, в т.ч. шиповник	20	3	0	0	0	15	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	45	2	87	
10	Соки плодоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные***	200	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11	Сахар	35	15	15	15	15	14	15	15	15	15	15	10	16	15	15	19	10	15	15	15	15	15	294	15	100	
12	Кондитерские изделия	10	3	0	0	0	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	0	0	0	50	3	100	
13	Какао	1,2	1	0	0	4	0	0	0	4	0	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	4	0	16	1	103	
14	Чай	1	0	0,5	0,5	0	0,5	0	0	0	0	1	1	0,5	0	0	1	1	1	1	0	0	1	6	0	102	
15	Мясо жилованное	78	27	74	0	0	0	79	0	74	0	63	0	0	79	0	0	0	0	0	79	0	70	518	26	95	
16	Субпродукты (печень)	40	11										113							113				226	11	101	
17	Цыплята 1 категории потрошенные	53	29	0	0	144	0	0	149	0	117	0	0	67	0	0	0	78	0	0	0	0	20	575	29	99	
18	Рыба -филе	77	19	0	83	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	119	0	0	80	0	0	102	0	384	19	100	
19	Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	300	51	14	129	130	0	0	146	130	0	0	29	20	0	29	20	18	29	0	130	159	20	1003	50	98	
20	Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	180	23	95	0	95	0	0	0	0	0	95	0	95	0	0	0	0	0	95	0	0	0	475	24	101	
21	Творог (массовая доля жира не более 9%)	60	15	0	0	0	149	0	0	0	0	0	0	0	0	0	149	0	0	0	0	0	0	298	15	99	
22	Сметана с м. д. ж. не более 15%	15	5	0	0	0	6	0	0	0	20	12	8	0	0	10	6	10	0	8	10	0	0	89	4	99	
23	Сыр	15	3	0	15	10	0	0	0	0	0	0	0	15	0	0	0	0	0	15	0	0	55	3	96		
24	Масло сливочное	35	7	5	7	5	6	0	4	0	10	35	7	8	4	7	6	5	9	5	0	7	4	134	7	96	
25	Масло растительное	18	5	2	2	4	0	14,5	6	12	0	5	10	2	9	4	0	7	7	5	12	7	2	111	6	102	
26	Яйцо диетическое	35	5	5	4	0	24	0	0	0	0	0	0	7	0	0	11	10	6	0	0	20	12	99	5	101	
27	Дрожжи хлебопекарные***	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
28	Соль пищевая поваренная йодированная	5	1	1,5	1,5	1	0	1	1,5	1	2	2	2	1,5	2	2	0	2	2	2	1	2	2	25	1	102	

* Нормы питания в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" приложение 8 "Рекомендуемые среднесуточные наборы пищевых продуктов, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для обучающихся образовательных учреждений".

** Количество потребленных продуктов округлено до целого числа

*** не выполнена норма по сокам и дрожжам, муке т.к. данные продукты не предназначены к потребления в прием пищи горячий завтрак п.6.18.СанПиН 2.3/2.4.3590-20

