Приложение 2
к Контракту № 485 от __.__.2017 г.

Примерные цикличные десятидневные меню для организации питания детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения Санкт-Петербурга, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания, согласно контингента детей в учреждении

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник Управления
Социального питания
Правительства Санкт-Петербурга

Н.А. Петрова

23. 12 2015 г.

Примерное десятидневное меню

организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет , посещающих с 12 часовым пребыванием (завтрак, 2 завтрак, обед, полдник) дошкольные образовательные учреждения Василеостровского района Санкт- Петербурга, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

1 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4,3	6,6	25,9	180,8	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	5/30	2,3	4,9	15,4	114,9	0,0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,0	2,2	20,7	115,5	0,5
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	75	0,7	0,2	6,1	32,3	45,0
Итого за прием пищи:				**10,3**	**13,9**	**68,1**	**443,5**	**46,0**
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	5,2	7,2	7,6	97,2	0,5
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	15	1,1	1,5	10,9	60,7	0,0
Итого за прием пищи:				**6,3**	**8,7**	**18,5**	**157,9**	**0,5**
Обед								
2012	5**	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ , МОРКОВИ И ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1,1	1,9	4,5	40,6	2,0
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	250/10	7,0	5,0	27,1	181,6	5,9
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	50	5,3	11,6	0,2	126,6	0,0
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,6	1,4	11,6	70,9	17,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	18,1	74,7	1,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**19,1**	**20,4**	**80,6**	**586,2**	**27,2**
Полдник								
к/к	к/к	СЕЛЬДЬ (ФИЛЕ)	30	5,1	2,6	0,0	43,5	0,0
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,4	15,5	25,6	291,3	11,8
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	6,1	2,4	65,2	306,9	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	13,5	54,4	0,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**26,1**	**21,4**	**119,7**	**774,7**	**11,9**
Всего за день:				**61,8**	**64,4**	**286,9**	**1962,3**	**85,6**

2 день

Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,9	7,0	28,3	200,4	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	5/30	2,3	4,9	15,4	114,9	0,0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	3,0	15,0	101,3	0,0
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	75	1,1	0,4	15,8	72,0	7,5
Итого за прием пищи:				**12,8**	**15,3**	**74,5**	**488,6**	**8,0**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3	3,2	8,1	66	1,3
Итого за прием пищи:				**3,9**	**3,4**	**26,3**	**143,4**	**4,9**
Обед								

к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (КУСОЧКОМ) до 31.10./САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ с 01.11	60	0,7	0,1	2,3	14,1	15,0
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, С ДОБ.МОРСКОЙ КАПУСТЫ, ГОВЯДИНЫ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,9	6,1	13,0	131,2	8,3
2008	314/368	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУРЫ , СОУС МОЛОЧНЫЙ	70/50	11,4	13,3	11,4	210,4	0,5
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	34,9	203,5	0,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,4	0,1	24,5	101,4	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**25,8**	**24,7**	**105,2**	**752,4**	**24,3**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ВАРЕНЬЕМ	120/25	21,8	14,1	37,5	366,8	0,5
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,6	8,8	99,0	1,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**29,4**	**19,6**	**61,7**	**544,4**	**1,5**
Всего за день:				**71,9**	**63,0**	**267,7**	**1928,8**	**38,7**

3 день

Завтрак								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,1	7,1	24,1	185,2	0,4
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	10/5/35	4,9	8,0	18,0	164,4	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,2	0,0	13,5	54,4	0,0
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,3	0,3	7,2	34,2	3,0
Итого за прием пищи:				**11,5**	**15,4**	**62,8**	**438,2**	**3,5**
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ С САХАРОМ	150/10	5,2	4,5	16,9	134,1	1,3
Итого за прием пищи:				**5,2**	**4,5**	**16,9**	**134,1**	**1,3**
Обед								
к/к/2008	к/к/56	СОТЭ ИЗ ЗАПЕЧЕНЫХ ПОМИДОРОВ И СЛАДКОГО ПЕРЦА до 31.10/ ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ с 01.11	60	0,9	1,6	3,3	14,4	46,3
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	5,0	6,6	10,7	127,0	8,0
2008	272	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,1	12,6	10,5	198,5	0,0
2008	136	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	150	2,4	5,2	18,1	129,4	2,0
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	180	0,9	0,1	25,6	107,1	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**23,3**	**26,5**	**87,3**	**668,2**	**56,6**
Полдник								
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	8,6	6,1	9,5	126,6	0,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,1	10,2	23,7	200,1	12,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	16,2	77,4	3,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**14,9**	**17,4**	**66,8**	**482,7**	**16,3**

Всего за день:				**54,9**	**63,8**	**233,8**	**1723,2**	**77,7**

4 день

Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,9	6,6	27,6	193,7	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	5/30	2,3	4,9	15,4	114,9	0,0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,0	2,2	20,7	115,5	0,0
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3	3,2	8,1	66	1,3
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	75	0,3	0,2	7,5	34,2	1,5
Итого за прием пищи:				**14,5**	**17,1**	**79,3**	**524,3**	**3,3**
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	5,5	4,8	9,1	101,7	2,7
к/к	к/к	ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,0
Итого за прием пищи:				**6,1**	**5,5**	**24,6**	**172,5**	**2,7**
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КУСОЧКОМ) до31.10/ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ с 01.11	60	0,4	0,1	0,9	6,5	2,5
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,6	6,2	11,5	124,4	9,8
2008	228/к/к	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ, СОУС ПОЛЬСКИЙ	70/50	14,9	7,8	2,0	261,2	0,5
к/к	к/к	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,8	2,1	16,7	97,0	7,3
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2	0,0	22,6	91,8	4,8
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**25,9**	**16,6**	**72,8**	**672,7**	**24,9**
Полдник								
2012/2008	34**/366	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ, СОУС МОЛОЧНЫЙ	50/50	11,9	5,7	7,1	139,4	8,3
к/к	к/к	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	150	2,3	2,6	13,7	86,9	6,4
к/к	к/к	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ МОЛОЧНАЯ	75	7,3	5,1	52,7	285,6	0,1
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,2	0	15,5	64,4	4,8
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**24,0**	**14,3**	**104,4**	**654,9**	**19,6**
Всего за день:				**70,5**	**53,5**	**281,1**	**2024,4**	**50,5**

5 день

Завтрак								
2008	189	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,7	7,9	23,0	185,4	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	10/5/35	4,9	8,0	18,0	184,4	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,6	8,6	99,0	1,0
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ/ПЕРСИК СВЕЖИЙ (СЕЗОННОЕ)	75	0,6	0,2	5,4	27,6	11,4
Итого за прием пищи:				**16,5**	**20,7**	**55,2**	**476,4**	**13,0**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
Итого за прием пищи:				**0,9**	**0,2**	**18,2**	**77,4**	**3,6**
Обед								

к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (КУСОЧКОМ)	50	0,4	0,1	0,9	6,5	2,5
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/25	7,1	2,1	19,9	126,8	10,5
к/к/2008	к/к/371	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ, СОУС СМЕТАННЫЙ	150/50	11,4	15,4	10,0	323,2	14,5
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ.С	180	0,0	0,0	25,4	101,5	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**21,9**	**18,0**	**75,3**	**649,8**	**28,0**
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/20	19,7	16,0	39,2	384,5	0,3
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	5,0	4,5	8,1	101,7	1,3
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**27,0**	**21,4**	**62,7**	**564,8**	**1,6**
Всего за день:				**66,3**	**60,3**	**211,4**	**1768,4**	**46,2**

6 день

Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	10,8	14,6	2,0	181,2	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	5/30	2,3	4,9	15,4	114,9	0,0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	3,0	15,0	101,3	0,6
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	75	0,7	0,2	8,1	32,3	45,0
Итого за прием пищи:				**17,3**	**22,7**	**38,5**	**429,7**	**45,8**
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	5,2	7,2	7,6	97,2	0,5
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**7,5**	**8,1**	**23,0**	**175,8**	**0,5**
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,8	5,1	4,7	67,4	2,2
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ , ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,9	6,2	9,1	115,9	12,6
2011	244*	ПЛОВ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150	11,5	12,7	30,4	280,8	0,4
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,4	0,1	24,5	101,4	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**20,6**	**24,5**	**87,8**	**657,3**	**15,7**
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	4,9	4,0	20,0	135,8	0,5
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	7,4	3,8	31,1	188,1	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	13,5	54,4	0,0
Итого за прием пищи:				**12,5**	**7,8**	**64,6**	**378,3**	**0,5**
Всего за день:				**57,9**	**63,1**	**213,9**	**1641,1**	**62,5**

7 день

Завтрак								
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	6,5	7,4	37,4	202,7	0,0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	5/30	2,3	4,9	15,4	114,9	0,0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,0	2,2	20,7	115,5	0,5

к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	75	1,1	0,4	15,8	72,0	7,5
Итого за прием пищи:				**12,9**	**14,9**	**89,3**	**505,1**	**8,0**
II Завтрак								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	5,5	4,8	9,1	101,7	2,7
к/к	к/к	ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	89,8	0,0
Итого за прием пищи:				**7,3**	**6,2**	**31,6**	**191,5**	**2,7**
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (КУСОЧКОМ)до 31.10/ ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ с 01.11	60	0,7	0,1	2,3	14,4	15,0
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250/10	2,6	5,9	16,9	135,5	7,3
2008	320	СУФЛЕ ИЗ КУР	70	14,1	15,9	2,8	209,9	0,6
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ/РАГУ ОВОЩНОЕ С КАБАЧКАМИ (СЕЗОННОЕ)	150	2,0	1,5	11,5	68,5	7,1
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	18,1	74,0	0,7
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**22,5**	**23,9**	**70,7**	**594,1**	**30,7**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ПОВИДЛОМ	120/25	21,8	14,0	35,5	361,4	0,2
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	5,0	4,5	8,1	101,7	1,3
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**29,1**	**19,4**	**59,0**	**541,7**	**1,5**
Всего за день:				**71,8**	**64,4**	**250,6**	**1832,4**	**42,9**

8 день

Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,0	6,5	25,0	177,8	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	10/5/35	4,9	8,0	18,0	164,4	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,2	0,0	13,5	54,4	0,0
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,3	0,3	7,2	34,2	3,0
Итого за прием пищи:				**10,4**	**14,8**	**63,7**	**430,8**	**3,6**
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ С САХАРОМ	150/10	5,2	4,5	16,9	134,2	1,3
Итого за прием пищи:				**5,2**	**4,5**	**16,9**	**134,2**	**1,3**
Обед								
2008/К/К	40/к/к	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ /ИКРА КАБАЧКОВАЯ (СЕЗОННОЕ)	60	1,0	1,0	3,0	26,7	15,2
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ, С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	6,6	6,3	15,5	150,2	5,8
2008	238	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	70/50	14,0	8,1	16,8	155,9	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	143,9	10,3
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ВИТ.С	180	0,2	0,0	22,6	91,8	4,8
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**28,0**	**20,9**	**98,4**	**660,3**	**36,7**
Полдник								
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	70	10,2	11,0	5,6	262,3	0,3

к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ/ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С КАБАЧКАМИ (СЕЗОННОЕ)	150	1,2	1,3	7,9	70,9	3,5
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**14,6**	**13,4**	**47,1**	**489,2**	**7,4**
Всего за день:				**58,2**	**53,6**	**226,1**	**1714,5**	**49,0**

9 день

Завтрак								
2008	189	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,7	7,9	23,0	185,4	0,5
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	5/30	2,3	4,9	15,4	114,9	0,0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	3,0	15,0	101,3	0,6
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ/ПЕРСИК СВЕЖИЙ (СЕЗОННОЕ)	75	0,7	0,1	6,9	27,6	3,0
Итого за прием пищи:				**12,2**	**15,9**	**60,3**	**429,2**	**4,1**
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	3	3,2	8,1	66	1,3
Итого за прием пищи:				**3,9**	**3,4**	**26,3**	**143,4**	**4,9**
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,1	1,1	3	26,7	15,2
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	250	4,6	4,8	19,5	140,2	0,6
к/к	к/к	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,4	21,6	35,3	307,5	7,6
2008	417	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (ВИТАМИННЫЙ)	180	0,3	0,1	21,4	89,5	0,2
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**18,3**	**26,9**	**95,3**	**629,0**	**8,4**
Полдник								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	13,2	19,4	2,0
к/к	к/к	ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ	115	11,3	16,7	20,7	197,5	0,0
2011	410*	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	13,9	9,4	46,6	328,1	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	13,5	54,4	0,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**29,3**	**27,1**	**109,4**	**678,0**	**2,1**
Всего за день:				**63,7**	**73,3**	**291,3**	**1879,6**	**19,5**

10 день

Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,9	6,6	27,6	193,7	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	10/5/35	4,9	8,0	18,0	164,4	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	13,5	54,4	0,0
2008	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	75	0,3	0,2	7,5	34,2	1,5
Итого за прием пищи:				**11,3**	**14,8**	**66,6**	**446,7**	**2,1**
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72,0	0,9
к/к	к/к	ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,0
Итого за прием пищи:				**6,0**	**2,5**	**23,1**	**142,8**	**0,9**
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	2,5
2008	92/71	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ	250/40/10	5,3	4,2	19,4	137,1	10,2
к/к	к/к	БИГОС (КАПУСТА ТУШЕНАЯ СВЕЖАЯ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ)	200	12,1	14,1	19,7	267,4	25,3
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,2	0	15,5	76,6	4,8
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**21,0**	**18,8**	**74,6**	**579,4**	**42,8**
Полдник								
2008	240/371	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ , СОУС СМЕТАННЫЙ	70/50	9,6	16,3	26,4	223,2	0,2
к/к	к/к	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,8	2,1	16,7	125,0	7,3
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	24,5	101,4	0,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**15,1**	**19,4**	**83,0**	**528,2**	**7,5**
Всего за день:				**53,4**	**55,5**	**247,3**	**1697,1**	**53,3**
Всего за 10 дней:				**630,4**	**614,9**	**2510,1**	**18171,8**	**525,9**
Среднее значение за 10 дней:				**63,0**	**61,5**	**251,0**	**1817,2**	**52,6**
Содержание жиров, белков, углеводов в меню в % от калорийности:				**13,88%**	**30,45%**	**55,25%**		

* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях, под редакцией М.П.Могильного, В.А.Тутельян, Москва, Дели принт,2011 г.
** - Сборник методических рекомендаций по использованию рецептур блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. Спб. 2012 г.

ПРИМЕЧАНИЕ: при индивидуальной непереносимости продуктов допускается замена по согласованию с медицинским работником, диетсестрой, родителями.

допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА

Сад 12 часов

Наименование продукта	Норма на 1 реб., г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выполнение, г	Выполнение, %	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Молоко свежее	405	337,3	558,4	180	518,1	483,9	472,6	436,8	302	484,9	284,7	4058,7	405,9	0,9	100	10,5	9,9	17,7	200,7
Творог	36		114		13	90		114		37		368	37	1	102	6,4	3,2	11,1	60,2
Сметана	9,9		14,8	10	10	16,5	10	14,8	10		13	99,1	9,9		100	1,1	1,5	0,4	19,8
Сыр	5,4			10		10		10	13		10	53	5,3	-0,1	98	1,2	2,9		19,2
Мясо	49,5	49,2	16	67,8	56	50,5	63,4		69,2	47,4	63,4	482,9	48,3	-1,2	98	8,7	6,9		97,2
Птица	21,6		75,95		14,4			125,8				216,19	21,6		100	2,3	2,4		30,8
Рыба	33,3	30		46,2	88,2	30,7			73,9		56	325	32,5	-0,8	98	5,1	0,4		24,1
Колбасные изделия	6,2	50								12		62	6,2	-0,2	100	0,7	1,4		15,7
Яйцо, шт.	0,54	0,053	0,075		0,455	0,148	2,035	0,395		2,23	0,083	5,474	0,5	0,007	101	2,7	2,5	0,1	33,3
Картофель	126	222,6	20	152,5	160	113	30	113	153	86	148	1198,1	119,8	-6,2	95	2,4	0,5	19,0	89,5
Овощи разные	234	219,1	150	282,3	313,6	181	134,8	199,9	296,1	130,5	344,4	2251,7	225,2	-8,8	96	3,2	0,2	13,0	68,8
Фрукты свежие	90	111,5	75	80	94,8	75	75	111,5	99,8	75	75	872,6	87,3	-2,7	97	0,8	0,3	10,6	50,4
Фрукты сухие	9,9		18	18		12	22,8			7,2	18	96	9,6	-0,3	97	0,1		3,7	16,4
Соки фруктовые (овощные)	90		180	180		180			180	180		900	90,0		100	0,3	0,1	5,5	23,2
Хлеб ржаной	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	450	45,0		100	3,0	0,4	19,1	91,8
Хлеб пшеничный	72	79,7	84,4	94,4	60	68,5	60	64,8	65	60	77,6	714,4	71,4	-0,6	99	5,6	2,0	36,9	187,5
Крупа (злаки), бобовые	38,7	45	37,9	21	30	40,1	70,8	12,9	42	40	30	369,7	37,0	-1,7	96	4,0	0,8	24,0	118,8
Макаронные изделия	10,8		51				20	40				111	11,1	0,3	103	1,2	0,2	7,6	36,4
Мука пшеничная	26,1	53,2	6	5,6	46,6	4	61	4,8	6,6	60,3	16,3	264,4	26,4	0,3	101	2,8	0,4	17,9	85,6
Масло сливочное	18,9	18	26,3	5	27,5	15	17,6	19	22	17,3	15,7	183,4	18,3	-0,6	97		14,7		133,0
Масло растительное	9,9	9,8	4,1	33,8	0,5	9,9	11,8	5,8	8,5	10,8	6,7	101,7	10,2	0,3	103		9,9		89,0
Кондитерские изделия	18	55,4	25		20			55			20	175,4	17,5	-0,5	97	0,5	0,5	19,9	145,8
Чай	0,5	0,85		0,85			0,85		0,85	0,85	0,85	5,1	0,5	0,01	102	0,1		0,2	1,2
Какао-порошок	0,54		1,8				1,8			1,8		5,4	0,5		100	0,1	0,4	0,1	1,5
Кофейный напиток	1,1	3,6			3,6			3,6				10,8	1,1	-0,02	98	0,1		0,5	2,7
Сахарный песок	42,3	50,6	38	38,5	44,4	22,2	52,9	38,8	50,7	57,3	30,6	424	42,4	0,1	100			41,2	164,3
Дрожжи	0,45	1,1			1,1		1,1			1,2		4,5	0,5		100	0,1			0,3
Мука картофельная	2,7			2,8		16				8,1		26,9	2,7		100			2,5	10,0
Соль	5,4	5,6	5,7	6	6,2	4,2	4,5	5,3	6,6	5	5,1	54,2	5,4		100				
																63,0	61,5	251,0	1 817,2

ЗАКАЗЧИК:
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 18 с углубленным изучением математики Василеостровского района Санкт-Петербурга

_____ / Н.П.Иванова /
М.П.

ИСПОЛНИТЕЛЬ:
Акционерное общество «ФИРМА ФЛОРИДАН»

_____ / Т.А.Таврова /
М.П.