



Территориальный отдел
Управления Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека
по Воронежской области
в Борисоглебском городском округе,
Грибановском, Новохопёрском,
Поворинском, Терновском районах

Ленинская ул., д. 88, г. Борисоглебск
Воронежская область, 397160
Тел. 8 (47354) 6-05-55, факс 8 (47354) 6-09-29
E-mail: borisoglebsk@rpn.vrn.ru

12.08.2019 № 24-09

На № _____ от _____

Администрация
Терновского муниципального района
Воронежской области
Отдел по образованию
и делам молодёжи

Воронежская область
Терновский район
с.Терновка
ул.Советская,37

О соответствии примерного меню.

Рассмотрев представленные Вами документы: заявление №36-12282-2019 от 26.07.2019г., примерное 12-дневное меню для организации питания учащихся в общеобразовательных учреждениях Терновского муниципального района в осенне-зимний сезон 2019/2020 учебного года, на основании экспертного заключения филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Воронежской области» в Борисоглебском городском округе, Грибановском, Новохопёрском, Поворинском, Терновском районах №366 от 09.08.2019г. территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Воронежской области в Борисоглебском городском округе, Грибановском, Новохопёрском, Поворинском, Терновском районах сообщает, что примерное 12-дневное меню для организации питания учащихся в общеобразовательных учреждениях Терновского муниципального района в осенне-зимний сезон 2019/2020 учебного года **соответствует** требованиям:

-п.2 ст.17 Федерального Закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.99г. № 52-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 18.04.2018 N 81-ФЗ);
п.п.6.4 приложение 2, 6.6, 6.8, 6.9 приложение 3, 6.15, 6.17, 6.18, 6.19 СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Начальник
территориального отдела
Управления Роспотребнадзора по
Воронежской области в
Борисоглебском городском округе,
Грибановском, Новохопёрском,
Поворинском, Терновском районах

Исп.Быкова Е.А.
60929



310000

Согласовано

Начальник территориального
отдела управления Рудольфовладора
по Воронежской области в Воронежском,
Грибановском, Новоколесниковском,
Терновском районах

Т.В. Качинникова

11.02.2020

Меню питания детей в ОУ Терновского муниципального района
на 2019-2020 учебный год.

СЕЗОН: ОСЕНЬ-ЗИМА

День	Наименование блюда	Выход д/г лет	Выход д/г лет	Белки г лет	Жиры г лет	Жиры г лет	Углев оды, г лет	Энцл, ккал лет	Вит. С, мг лет	Вит.В 2, мг лет	Вит.В 1, мг лет	Са, мг лет	Са, мг лет	Fe, мг лет	Fe, мг лет						
																7-11	12-17	7-11	12-17	7-11	12-17
Завтрак /	Каша вязкая овсяная на молоке	150,0	250,0	3,1	11,8	2,4	16,2	29,0	48,3	110,0	369,0	1,6	2,7	0,2	0,3	0,1	0,2	149,3	273,2	0,4	2,1
	Сыр порционный	20,0	30,0	4,6	6,9	5,8	6,7	0,0	0,0	72,0	108,0	0,3	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	200,0	300,0	0,2	0,3
	Масло сливочное	5,0	6,0	0,0	0,0	4,1	4,1	0,0	0,9	37,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,6	0,0	0,0
	Напиток кофейный	200,0	200,0	3,6	3,6	3,4	3,4	19,4	19,4	118,2	118,2	22,6	22,6	0,4	0,4	0,3	0,3	125,4	125,4	0,1	0,1
	Хлеб пшеничный	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	0,5	10,7	26,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
	Фрукты	120,0	150,0	0,5	0,6	0,5	0,6	11,8	18,1	56,4	68,0	8,4	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,8
	Итого			13,4	26,7	16,6	31,5	70,9	448,6	819,6	32,9	50,8	0,7	0,8	0,5	0,6	504,5	753,5	3,8	5,9	
Обед	Салат из моркови с яблоками с растительным маслом	60,0	120,0	0,4	0,7	2,9	5,8	4,2	10,4	43,6	86,2	2,2	4,4	0,1	0,1	0,0	0,0	14,9	28,2	0,4	0,8
	Суп овощной	250,0	300,0	2,4	2,8	5,0	5,2	7,2	10,3	108,1	109,3	31,2	44,6	0,1	0,1	0,1	0,1	85,0	110,5	0,7	0,9
	Курша отварная	100,0	120,0	12,4	26,7	8,8	17,1	3,6	4,3	149,4	279,0	0,1	1,6	0,1	0,1	0,1	0,1	41,1	49,3	0,5	1,5
	Изделия макаронные отварные	150,0	200,0	5,5	7,3	5,5	7,3	29,2	38,9	191,5	255,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1	5,5	7,8	0,8	1,0
	Компот витаминизированный	200,0	200,0	0,2	0,2	0,2	0,2	17,9	17,9	72,5	72,5	50,0	70,0	0,0	0,0	0,0	0,0	16,7	16,7	1,4	1,4
Итого за день	Хлеб пшеничный	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5	
Итого	кондитерские изделия	50,0	70,0	1,1	1,5	2,9	4,1	36,8	51,5	163,0	228,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	12,2	0,4	0,6	
	Итого за день			38,2	69,4	42,5	71,7	189,4	270,2	1269,1	1959,4	116,5	171,4	1,1	1,2	0,9	1,1	691,5	1001,0	8,7	12,9



День 2	Наименование блюда	Выход, г 7-11 лет	Белки, г 7-11 лет	Жиры, г 7-11 лет	Углевод, г 7-11 лет	Эн/д, ккал 7-11 лет	Вит. С, мг 7-11 лет	Вит. С, мг 12-17 лет	Вит. В1, мг 7-11 лет	Вит. В2, мг 7-11 лет	Вит. В1, мг 12-17 лет	Са, мг 7-11 лет	Са, мг 12-17 лет	Fe, мг 7-11 лет	Fe, мг 12-17 лет	
																17 лет
Завтрак /	Каза шениная	150,0	5,3	7,0	26,9	187,9	6,9	5,3	0,1	0,1	0,2	87,2	116,3	1,7	2,2	
	Молочная вязкая с яблоками	200,0														
	Рясо куринсе	40,0	5,0	4,6	0,2	62,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	22,0	22,0	1,0	1,0
	Метическое, сваренное акругуу	125,0	4,0	4,0	12,3	107,5	4,5	4,5	0,0	0,0	0,0	0,0	170,3	170,3	0,2	0,2
	Йогурт	200,0	1,6	1,6	12,4	67,9	0,4	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	70,9	70,9	0,7	0,7
	Чай с лимоном															
	Хлеб шениный	20,0	1,6	3,8	10,7	26,8	54,6	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
	Фрукты	120,0	0,5	0,6	11,8	16,1	56,4	8,4	25,0	0,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,9
	Итого		18,0	22,0	18,7	76,3	675,4	20,2	39,2	0,7	0,7	0,3	379,6	433,8	6,7	7,6
	Обед	Салат из капусты белокочанной и свеклы с растительным маслом	60,0	0,7	1,4	4,3	52,2	11,1	22,2	0,0	0,0	0,0	20,1	40,2	0,4	0,8
Суп овощной вегетарианский		250,0	2,8	3,0	10,3	108,1	5,8	12,1	0,1	0,1	0,1	63,7	85,0	0,7	1,3	
Рыба, тушеная с овощами		100,0	11,1	18,3	4,4	5,3	133,9	2,9	3,5	0,1	0,1	43,7	52,4	0,3	0,6	
Рис отварной		150,0	3,6	4,8	26,4	38,6	214,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	1,6	0,5	0,7	
Отвар из шловника		200,0	0,7	0,7	4,3	4,3	22,0	220,0	220,0	0,1	0,1	0,0	21,0	25,0	5,0	5,0
Хлеб шениный																
Форшовой из муки в/с		20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,0	0,1	0,1
Фрукты		100,0	120,0	0,3	0,4	27,2	32,6	112,2	134,6	4,6	5,5	0,0	14,8	17,8	1,9	2,3
Итого																
Итого за день				39,9	54,1	174,7	1271,7	264,6	302,5	1,1	1,2	0,5	559,2	674,5	36,1	19,1

День 3	Наименование блюда	Выход, г 7-11 лет	Белки, г 7-11 лет	Жиры, г 7-11 лет	Углевы, г 7-11 лет	Энц, ккал 7 лет	Вит. С, мг 7-11 лет	Вит. С, мг 12-17 лет	Вит. В1, мг 7-11 лет	Вит. В2, мг 7-11 лет	Вит. В1, мг 12-17 лет	Са, мг 7-11 лет	Са, мг 12-17 лет	Fe, мг 7-11 лет	Fe, мг 12-17 лет					
																17 лет	11 лет	17 лет	11 лет	12-17 лет
Завтрак / Обед	Завтрак / салатка творожная	150,0	20,5	34,2	13,6	22,6	20,8	35,3	272,0	0,4	0,7	0,3	0,6	0,1	0,1	220,0	367,0	0,8	1,5	
	Обед / сыр порционный	20,0	30,0	4,6	5,9	6,8	0,0	0,0	72,0	108,0	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	200,0	300,0	0,2	0,3
	Масло сливочное	5,0	6,0	0,0	4,1	4,1	0,0	0,8	37,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,6	0,0	0,0
	чай с лимоном	200,0	200,0	1,6	1,6	1,6	1,6	12,4	12,4	67,9	0,4	0,4	0,1	0,1	0,0	0,0	70,9	70,9	0,7	0,7
	Хлеб пшеничный	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	0,5	10,7	25,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
	Фрукты	120,0	120,0	0,5	0,5	0,5	11,8	19,1	56,4	56,4	8,4	8,4	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	19,2	2,6	2,6
	Итого		28,8	47,0	26,0	36,1	55,7	94,4	560,3	842,0	9,5	10,0	0,5	0,8	0,2	0,2	520,7	787,3	4,8	5,7
	Салат из свежих овощей	60,0	120,0	0,5	0,9	3,6	7,1	3,4	6,8	51,1	102,1	24,1	48,2	0,0	0,0	0,0	12,6	25,8	0,4	0,8
	Борщ вегетарианский с фасолью	250,0	300,0	4,7	6,2	5,0	7,2	8,9	15,6	117,4	205,4	7,2	12,6	0,1	0,1	0,1	65,7	114,9	1,6	2,8
	Пюре картофельное	150,0	200,0	3,0	3,9	7,1	9,5	8,4	12,0	148,1	197,5	3,6	4,7	0,1	0,1	0,1	35,3	46,9	0,5	1,1
Масло отварное	75,0	100,0	15,6	20,3	14,5	15,5	4,4	5,8	210,7	222,1	4,8	6,4	0,1	0,1	0,1	59,7	79,6	1,5	2,0	
Кисель витаминизированный	200,0	200,0	0,2	0,2	0,1	0,1	20,7	20,7	83,1	83,1	50,0	70,0	0,1	0,0	0,0	21,7	21,7	0,3	0,3	
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3	
яблоко	100,0	120,0	0,3	0,3	0,3	27,2	32,6	112,2	134,6	4,6	5,5	0,0	0,0	0,0	0,0	14,8	17,8	1,9	2,3	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5	
Итого		27,0	35,3	31,1	40,2	92,5	117,0	815,0	1054,0	94,3	147,4	0,5	0,6	0,4	0,5	224,9	329,4	6,9	10,1	
Итого за день		55,8	82,3	57,1	76,3	148,2	211,4	1375,3	1896,1	103,8	157,4	1,0	1,4	0,6	0,7	745,6	1116,7	11,7	15,8	

День 4	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Жиры, г	Углевод, г	Эн/ц, ккал	Вит. С, мг	Вит. С, мг	Вит. В1, мг	Вит. В2, мг	Са, мг	Са, мг	Fe, мг	Fe, мг
Завтрак /	Каша пшенная вязкая с тыквой	150,0	200,0	5,3	6,6	7,6	28,4	37,9	5,9	4,7	0,1	0,1	85,8	68,6	1,4	1,1
		200,0	200,0	3,6	3,6	3,4	19,4	118,2	22,6	22,6	0,3	0,3	125,4	125,4	0,1	0,1
Итого	Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	10,7	24,3	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
		120,0	120,0	0,5	0,5	0,5	11,8	18,1	8,4	8,4	0,0	0,0	0,0	19,2	19,2	2,6
Обед	Икра кабачковая	60,0	120,0	3,1	6,1	2,7	2,5	55,7	18,9	37,7	0,0	0,0	14,7	29,5	0,3	0,6
		250,0	300,0	1,6	2,0	3,0	5,9	65,2	6,9	11,3	0,1	0,1	40,6	44,6	0,6	0,8
Итого	Суп из сборных овощей	50,0	100,0	6,7	14,2	19,8	35,2	7,2	247,2	0,0	0,0	0,0	7,4	14,8	1,7	3,4
		150,0	200,0	8,4	11,2	8,4	40,5	54,8	277,5	0,0	0,0	0,1	0,3	18,6	24,8	3,0
Итого	Сок натуральный	200,0	200,0	0,6	0,6	0,0	33,0	136,0	12,0	12,0	0,0	0,0	10,0	10,0	0,4	0,4
		20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	10,7	26,8	54,6	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5
Итого	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50,0	70,0	1,1	1,5	2,9	4,1	36,8	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	12,2	0,4	0,6
		20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	8,9	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5
Итого за день		24,3	40,6	37,4	61,4	141,9	193,5	1037,0	37,8	61,0	0,4	0,4	115,1	170,7	7,5	12,9
		35,3	55,1	47,8	73,4	212,2	293,1	1456,9	213,1	74,6	0,9	1,0	355,5	413,5	12,0	17,3

День 5	Наименование блюда	Выход д.г 7-11 лет	Выход д.г 12 лет	Белки г 7-11 лет	Белки г 12-17 лет	Жиры г 7-11 лет	Жиры г 12-17 лет	Углевод оды, г 7-11 лет	Углевод оды, г 12-17 лет	Энц, ккал 7-11 лет	Энц, ккал 12-17 лет	Вит. С, мг		Вит. В1, мг		Вит. В2, мг		Са, мг		Fe, мг		
												7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет
Завтрак /	Каша рисовая	150,0	250,0	6,9	11,5	7,4	12,3	30,7	54,8	219,1	365,2	0,5	0,8	0,1	0,2	99,9	166,5	2,6	4,3			
	Молочная вязкая	125,0	125,0	4,0	4,0	4,0	4,0	12,3	12,3	107,5	107,5	4,5	4,5	0,0	0,0	170,3	170,3	0,2	0,2			
	Йогурт	30,0	30,0	0,2	0,2	0,0	0,0	20,6	20,6	79,5	79,5	0,7	0,7	0,0	0,0	3,6	3,6	0,3	0,3			
	Джем	200,0	200,0	1,6	1,6	1,6	1,6	12,4	12,4	67,9	67,9	0,4	0,4	0,1	0,1	70,9	70,9	0,7	0,7			
Итого	Чай с молоком	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	0,5	10,7	26,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6			
	Хлеб пшеничный	120,0	150,0	0,5	0,6	0,5	0,6	11,8	18,1	56,4	68,0	8,4	25,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,8			
Обед	Фрукты			14,8	21,7	13,9	19,0	98,5	145,0	585,0	807,1	14,5	31,4	0,7	0,2	373,9	455,6	6,9	8,9			
	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	60,0	120,0	0,8	1,6	3,6	7,1	2,9	5,8	54,5	109,0	12,9	25,8	0,0	0,0	23,3	46,6	0,3	0,6			
	Суп картофельный вегетарианский	250,0	300,0	3,1	5,4	7,5	13,1	9,4	13,7	132,5	140,9	13,6	14,9	0,1	0,1	44,2	65,7	1,1	1,3			
	Плов с говядиной	200,0	250,0	18,9	23,6	15,6	19,5	18,6	23,3	428,3	535,4	0,9	1,1	0,2	0,3	30,1	37,7	3,1	3,9			
Итого	Компот из сухофруктов витаминизированный	200,0	200,0	1,2	1,2	0,0	0,0	23,2	23,2	94,1	94,1	50,0	70,0	0,0	0,0	47,8	47,8	0,8	0,8			
	Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3			
Итого	Фрукты	100,0	120,0	0,3	0,4	0,3	0,4	27,2	32,6	112,2	134,6	4,6	5,5	0,0	0,0	14,8	17,8	1,9	2,3			
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5			
Итого за день				41,8	57,3	41,4	59,6	199,4	267,1	1499,0	1930,3	96,5	148,7	0,9	1,2	0,8	549,3	703,9	14,7	18,6		

День б	Наименование блюда	Выхо д.г 7-11 лет	Выхо д.г 12-17 лет	Белки г 7-11 лет	Белки г 12-17 лет	Жиры г 7-11 лет	Жиры г 12-17 лет	Углев оды, г 7-11 лет	Углев оды, г 12-17 лет	Эн/ц, ккал 7-11 лет	Эн/ц, ккал 12-17 лет	Вит. С, мг		Вит. В1, мг		Вит. В2, мг		Са, мг		Fe, мг	
												7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет
	Каша гречневая молочная вязкая	150,0	250,0	8,7	11,5	9,2	12,3	38,4	64,0	273,9	365,2	0,6	0,8	0,1	0,2	0,1	0,2	124,9	166,5	3,2	4,3
	Чай	200,0	200,0	1,6	1,6	1,6	1,6	12,4	12,4	67,9	67,9	0,4	0,4	0,0	0,1	0,0	0,1	70,9	70,9	0,7	0,7
	Хлеб пшеничный	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	0,5	10,7	26,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
	Фрукты	120,0	150,0	0,5	0,6	0,5	0,6	11,8	18,1	56,4	68,0	23,8	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,9
Итого				12,4	17,5	11,7	15,0	73,3	121,3	452,8	620,1	24,8	26,2	0,3	0,4	0,2	0,3	225,0	291,7	7,0	8,5
Обед	Салат из свежих овощей	60,0	120,0	0,5	0,9	3,6	7,1	3,4	6,8	51,1	102,1	24,1	48,2	0,0	0,0	0,0	0,0	12,6	25,8	0,4	0,8
	Щи из свежих капусты вегетарианские	250,0	300,0	1,9	2,0	4,5	5,0	4,8	5,9	77,8	95,4	15,8	20,5	0,1	0,1	0,1	0,1	55,8	58,2	0,7	0,8
	Рыба, тушеная с овощами	100,0	120,0	11,1	18,3	4,9	5,8	4,4	5,3	133,9	160,6	2,9	3,5	0,1	0,1	0,1	0,1	43,7	52,4	0,3	0,6
	Картофель отварной	150,0	200,0	3,0	4,0	5,5	7,3	16,6	23,0	158,4	211,2	21,6	28,8	0,1	0,1	0,1	0,1	14,6	19,4	1,2	1,6
	Кисель витаминизированный	0,0	200,0	0,2	0,2	0,2	0,2	31,2	31,2	124,5	124,5	50,0	70,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,6	11,6	1,2	1,2
	Хлеб пшеничный Формовой из муки в/с	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3
	кондитерские изделия	50,0	70,0	1,1	1,5	2,9	4,1	36,8	51,5	163,0	228,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	12,2	0,4	0,6
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5
Итого				20,6	30,4	22,2	30,0	116,8	147,2	801,1	1031,2	114,4	171,0	0,4	0,5	0,4	0,6	162,1	202,4	4,9	6,4
Итого за день				32,9	47,9	33,9	45,0	190,1	268,5	1253,9	1651,3	139,2	197,2	0,7	0,9	0,6	0,9	387,0	494,1	11,9	14,9

День 7	Наименование блюда	Выход д.г 7-11 лет	Белки г 7-11 лет	Жиры г 7-11 лет	Жиры г 7-11 лет	Углевод г оды, г 7-11 лет	Углевод г оды, г 12-17 лет	Энц, ккал 7-11 лет	Энц, ккал 12-17 лет	Вит. С, мг 7-11 лет	Вит. С, мг 12-17 лет	Вит. В1		Вит. В2		Са, мг		Fe, мг	
												7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет
Завтрак /	завсалакка творочная	150,0	20,5	34,2	13,6	22,6	36,3	272,0	453,3	0,4	0,7	0,3	0,1	0,1	220,0	367,0	0,8	1,5	
	Сыр порционный	20,0	4,6	6,9	5,8	0,0	0,0	72,0	108,0	0,3	0,5	0,0	0,0	0,0	200,0	300,0	0,2	0,3	
	Масло сливочное	5,0	0,0	0,0	4,1	0,0	0,8	37,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,6	0,0	0,0	
	Напиток кофейный на молоке	200,0	3,6	3,6	3,4	19,4	19,4	118,2	118,2	22,6	22,6	0,4	0,4	0,3	125,4	125,4	0,1	0,1	
	Хлеб пшеничный	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	10,7	26,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
	Фрукты	120,0	120,0	0,5	0,5	0,5	11,8	18,1	56,4	56,4	8,4	8,4	0,0	0,0	0,0	19,2	19,2	2,6	2,6
	Итого		30,8	49,0	27,8	37,9	62,7	101,4	610,6	892,3	31,7	32,2	0,8	1,1	0,5	575,2	841,8	4,2	5,1
	Обед	Вяленет оладной	60,0	120,0	0,6	1,3	3,6	7,1	4,1	8,2	77,8	155,6	4,0	0,0	0,0	15,8	31,5	0,7	1,4
		Суп картофельный ветеринарский	250,0	300,0	3,1	5,4	7,5	13,1	9,4	13,7	132,5	140,9	0,1	0,1	0,1	44,2	65,7	1,1	1,3
		Курочка отварная	100,0	120,0	12,4	26,7	8,8	17,1	3,6	4,3	149,4	279,0	0,1	1,6	0,1	41,1	49,3	0,5	1,5
Маделля макаронные отварные		150,0	200,0	5,5	7,3	5,5	7,3	29,2	39,2	191,5	255,4	0,0	0,0	0,0	5,5	7,8	0,8	1,0	
Компот витаминизированный		200,0	200,0	0,0	0,0	0,0	0,0	16,0	16,0	60,6	60,6	50,0	70,0	0,0	0,3	0,3	0,0	0,0	
Хлеб пшеничный формовой из муки в/с		20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3	
яблоко		100,0	120,0	0,3	0,3	0,3	0,3	27,2	32,6	112,2	134,6	4,6	5,5	0,0	14,8	17,8	1,9	2,3	
Хлеб ржаной {ржано-пшеничный}		20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5	
Итого			24,7	44,5	26,2	45,4	109,1	137,6	816,4	1135,3	72,3	100,0	0,3	0,4	0,4	136,8	195,2	5,6	8,3
Итого за день			55,5	93,5	54,0	83,3	171,8	238,9	1427,0	2027,7	104,0	132,2	1,1	1,5	0,9	712,0	1037,0	9,8	13,4

День 9	Наименование блюда	Выход, г 7-11 лет	Белки, г 7-11 лет	Жиры, г 7-11 лет	Углевы, г 7-11 лет	Энц, ккал 7-11 лет	Вит. С, мг 7-11 лет	Вит. С, мг 12-17 лет	Вит. В1, мг 7-11 лет	Вит. В2, мг 7-11 лет	Вит. В1, мг 12-17 лет	Са, мг 7-11 лет	Са, мг 12-17 лет	Fe, мг 7-11 лет	Fe, мг 12-17 лет					
																17 лет	11 лет	17 лет	11 лет	12-17 лет
Зачерк /	Кава вязкая на молоке (манная)	200,0	9,2	11,4	10,6	13,3	42,9	59,5	305,3	381,6	2,1	2,7	0,2	0,3	0,1	0,1	204,5	255,6	0,6	0,7
	Йогурт	100,0	100,0	3,2	3,2	1,5	4,0	4,0	38,0	3,4	3,4	0,1	0,1	0,0	0,0	0,0	120,0	120,0	0,1	0,1
Итого	Напиток кофейный на молоке	200,0	200,0	3,6	3,6	3,4	19,4	19,4	118,2	22,6	22,6	0,4	0,4	0,3	0,3	0,3	125,4	125,4	0,1	0,1
	Хлеб пшеничный	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	10,7	26,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
Итого	Фрукты	120,0	150,0	0,5	0,6	0,5	11,8	18,1	56,4	68,0	22,3	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,9
	Салат из свежих овощей	60,0	120,0	0,5	0,9	3,6	7,1	3,4	51,1	102,1	24,1	48,2	0,0	0,0	0,0	0,0	12,6	25,8	0,4	0,8
Итого	Шы из свежей капусты вегетарианские	250,0	300,0	1,9	2,0	4,5	5,0	4,8	77,8	95,4	15,8	20,5	0,1	0,1	0,1	0,1	55,8	58,2	0,7	0,8
	Плов с говядиной	200,0	250,0	18,9	23,6	15,6	19,5	18,6	23,3	428,3	0,9	1,1	0,2	0,3	0,2	0,3	30,1	37,7	3,1	3,9
Итого	Чай с лимонам	200,0	200,0	1,6	1,6	1,6	12,4	12,4	67,9	67,9	13,1	15,2	0,1	0,1	0,0	0,0	70,9	70,9	0,7	0,7
	Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3
Итого	Фрукты	100,0	120,0	0,3	0,4	0,3	0,4	27,2	32,6	134,6	4,6	5,5	0,0	0,0	0,0	0,0	14,8	17,8	1,9	2,3
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5
Итого за день			25,9	31,9	26,1	34,1	86,0	104,5	829,7	1044,6	58,5	90,5	0,5	0,6	0,4	0,5	199,4	233,1	7,5	9,3
			44,0	54,5	42,5	53,4	174,8	227,3	1402,2	1769,4	108,9	144,2	1,3	1,5	0,9	1,0	678,5	788,4	11,4	13,7

День 10	Наименование блюда	Выход, г 7-11 лет	Белки, г 7-11 лет	Жиры, г 7-11 лет	Жиры, г 12-17 лет	Углевод, г 7-11 лет	Углевод, г 12-17 лет	Эн/ц, ккал 7-11 лет	Эн/ц, ккал 12-17 лет	Вит. С, мг 7-11 лет	Вит. С, мг 12-17 лет	Вит. В1, мг		Вит. В2, мг		Са, мг		Fe, мг		
												7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет
Завтрак /	Каша из пшена и риса молочная жидкая	150,0	250,0	4,7	7,9	5,7	12,7	19,8	33,0	152,0	279,0	0,7	1,1	0,1	0,2	0,1	138,0	230,0	0,4	0,7
	Сыр порционный	20,0	30,0	4,6	6,9	5,8	6,8	0,0	0,0	72,0	108,0	0,3	0,5	0,0	0,0	0,0	200,0	300,0	0,2	0,3
	Масло сливочное	5,0	6,0	0,0	0,0	4,1	4,1	0,0	0,8	37,4	37,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,6	0,6	0,0	0,0
	Чай с лимоном	200,0	200,0	1,6	1,6	1,6	1,6	12,4	12,4	67,9	67,9	0,4	0,4	0,1	0,1	0,0	70,9	70,9	0,7	0,7
	Хлеб пшеничный	20,0	50,0	1,6	3,8	0,4	0,5	10,7	26,8	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6
	Фрукты	120,0	150,0	0,5	0,6	0,5	0,6	11,8	19,1	56,4	68,0	8,4	25,0	0,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,8
Итого			13,0	20,8	18,1	26,3	54,7	91,1	440,3	679,3	9,8	27,0	0,3	0,5	0,2	438,7	655,8	4,4	5,1	
Обед	Салат из свеклы с чесноком и растительным маслом	60,0	120,0	1,6	3,6	7,3	10,2	8,2	16,4	107,0	214,0	2,2	4,5	0,0	0,0	0,0	17,8	33,9	0,6	1,1
	Суп крестьянский вегетарианский	250,0	300,0	2,1	3,3	5,5	5,6	9,6	18,9	111,9	158,2	7,0	10,0	0,1	0,1	0,1	37,6	39,1	0,6	1,3
	Сосиска отварная	50,0	100,0	6,7	14,2	19,8	36,2	3,6	7,2	247,2	494,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,4	14,8	1,7	3,4
	Каша гречневая рассыпчатая	150,0	200,0	8,4	11,2	8,4	11,2	40,5	54,8	277,5	370,1	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	18,6	24,8	3,0	6,0
	Кисель витаминизированный	200,0	200,0	0,4	0,4	0,2	0,2	21,7	21,7	89,0	89,0	50,0	70,0	0,0	0,0	0,0	17,1	17,1	2,3	2,3
	Хлеб пшеничный формовой из муки в/с	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	14,6	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3
	кондитерские изделия	50,0	70,0	1,1	1,5	2,9	4,1	36,8	51,5	163,0	228,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	12,2	0,4	0,6
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	8,9	37,8	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5
	Итого			23,1	37,7	44,7	68,0	140,0	194,0	1088,0	1663,1	59,2	84,5	0,3	0,3	0,3	122,3	164,7	9,3	15,5
	Итого за день			36,1	58,5	62,8	94,3	194,7	285,1	1528,3	2342,4	69,0	111,5	0,6	0,8	0,5	561,0	820,5	13,7	20,6

День 11	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углевы	Эн/ц	Вит. С	Вит. В	Вит. В	Вит. В	Са, мг	Са, мг	Fe, мг
		д.г 7-11 лет	г 7-11 лет	г 7-11 лет	г 7-11 лет	ккал 7-11 лет	мг 7-11 лет	мг 7-11 лет	мг 7-11 лет	мг 7-11 лет	мг 7-11 лет	мг 7-11 лет	мг 7-11 лет
Завтрак /	залежанка творожная	150,0	20,5	13,6	22,6	272,0	0,4	0,7	0,3	0,6	0,1	220,0	0,8
	Йогурт	125,0	4,0	4,0	12,3	107,5	4,5	4,5	0,2	0,2	0,0	170,3	0,2
	Напиток кофейный на молоке	200,0	3,6	3,4	19,4	118,2	22,6	22,6	0,4	0,4	0,3	125,4	0,1
	Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,4	10,7	54,6	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	0,5
Итого	Фрукты	120,0	0,5	0,5	11,8	56,4	8,4	8,4	0,0	0,0	0,0	19,2	2,6
			30,2	21,9	31,0	608,7	35,9	36,2	1,0	1,3	0,5	544,9	4,2
Обед	Салат из свежих овощей	60,0	0,5	0,9	3,4	51,1	24,1	48,2	0,0	0,0	0,0	12,6	0,4
	Борщ вегетарианский с фасолью	250,0	4,7	6,2	8,9	117,4	7,2	12,6	0,1	0,1	0,1	65,7	1,6
	Мясное отварное, тушеное с картофелем по-домашнему	200,0	16,1	14,9	16,8	275,0	7,8	9,7	0,2	0,2	0,2	32,4	3,0
	Компот витаминизированный	200,0	0,2	0,2	17,9	72,5	50,0	70,0	0,0	0,0	0,0	16,7	1,4
Итого	Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,4	10,7	54,6	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	0,2
	Формовой из муки в/с	100,0	0,3	0,3	27,2	112,2	4,6	5,5	0,0	0,0	0,0	14,8	1,9
Итого за день	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	1,2	0,2	8,9	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	0,5
			24,5	31,2	33,9	720,6	93,7	146,0	0,4	0,4	0,4	157,3	8,9
			54,7	77,3	64,9	1329,3	129,6	182,2	1,4	1,7	0,9	702,2	13,1

День 12	Наименование блюда	Выход, г 7-11 лет	Белки, г 7-11 лет	Жиры, г 7-11 лет	Жиры, г 12-17 лет	Углевод, г 7-11 лет	Углевод, г 11 лет	Эн/ц, ккал 7-11 лет	Эн/ц, ккал 12-17 лет	Вит. С, мг		Вит. В1, мг		Са, мг		Fe, мг			
										7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет	7-11 лет	12-17 лет		
Завтрак /	Каша вязкая на молоке (манная)	200,0	9,2	11,4	10,6	42,9	305,3	381,6	2,1	2,7	0,2	0,3	0,1	0,1	204,5	255,6	0,6	0,7	
	Чай с лимоном	200,0	1,6	1,6	1,6	12,4	67,9	67,9	0,4	0,4	0,1	0,1	0,0	0,0	70,9	70,9	0,7	0,7	
	Хлеб пшеничный	20,0	1,6	3,8	0,4	0,5	10,7	54,6	119,0	0,0	0,0	0,1	0,1	0,1	10,0	29,6	0,5	0,6	
	Фрукты	120,0	0,5	0,5	0,5	11,8	18,1	56,4	56,4	8,4	8,4	0,0	0,0	0,0	19,2	19,2	2,6	2,6	
	Итого		12,9	17,3	13,1	15,9	77,8	484,2	624,9	10,9	11,5	0,4	0,5	0,2	0,2	304,6	375,3	4,4	4,6
Обед	Винегрет овсяной	60,0	0,6	1,3	3,6	7,1	4,1	77,8	155,6	4,0	8,0	0,0	0,0	0,0	15,8	31,5	0,7	1,4	
	Суп картофельный вегетарианский	250,0	3,1	5,4	7,5	13,1	9,4	132,5	140,9	13,6	14,9	0,1	0,1	0,1	44,2	65,7	1,1	1,3	
	Рыба жареная	75,0	100,0	9,3	12,4	4,1	5,4	3,2	85,8	114,5	0,1	0,1	0,1	0,1	49,6	66,1	0,5	0,7	
	Рис отварной	150,0	200,0	3,6	4,8	6,7	8,9	28,4	214,2	285,6	0,0	0,0	0,0	0,0	1,2	1,6	0,5	0,7	
	Сок яблочный	200,0	200,0	0,6	0,6	0,0	0,0	33,0	136,0	12,0	12,0	0,1	0,1	0,0	10,0	10,0	0,4	0,4	
	Хлеб пшеничный																		
	Формовой из муки в/с	20,0	30,0	1,6	2,3	0,4	0,3	10,7	54,6	71,4	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	17,7	0,2	0,3	
	Фрукты	120,0	150,0	0,5	0,6	0,5	0,6	11,8	56,4	68,0	22,3	25,0	0,0	0,0	19,2	24,7	2,6	2,9	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,0	20,0	1,2	1,2	0,2	0,2	8,9	37,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	5,1	0,5	0,5	
	Итого			20,5	28,6	22,9	35,6	109,5	795,1	1009,8	52,0	60,0	0,4	0,5	0,3	155,0	222,4	6,5	8,2
Итого за день			33,4	45,9	36,0	51,5	187,3	1279,3	1634,7	62,9	71,5	0,8	1,0	0,5	459,6	597,7	10,9	12,8	
ИТОГО за 12 дней			487,2	748,2	551,7	813,7	2169,4	16292,0	22651,7	1369,2	1667,3	12,1	14,6	8,5	10,1	6794,8	9190,8	165,1	191,8
среднее за 1 день			41,4	62,4	46,0	67,8	180,8	1357,7	1887,6	114,1	155,6	1,0	1,2	0,7	566,2	765,9	13,8	16,0	