

СОГЛАСОВАНО:

Начальник управления образования
Шебекинского городского округа



Н.В. Кавантсева

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Фабрика Социального Питания»



Д.С. Семикопенко

**Примерное десятидневное меню
для дошкольных общеобразовательных организаций
Шебекинского городского округа для возраста от 3 до 7 лет**

Дата: 20.07.2023

Исследователь: [Имя]

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность	Витаминизация, (мг)									
			Б ₁	Б ₂	У		В ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
173 [4]	Каша вязкая молочная из пшениной крупы	150	4,05	7,05	18,45	158,25	0,06	4,47	0,03	1,68	90,60	103,50	19,05	118,13	2,03	
3 [4]	Булгуровый суп	45	1,80	5,40	13,28	108,90	0,45	1,13	0,45	0,68	8,21	28,69	118,13	2,03		
376 [4]	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	0,00	2,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Итого		5,99	12,45	31,73	269,49	0,51	5,60	0,48	2,36	98,81	132,27	137,20	2,93		
403 [5]	Яблоко печеное	120	0,48	0,48	41,88	173,64	0,00	5,28	0,00	0,00	0,00	0,00	1,79	0,97	0,19	
	Фрукты (ябл.) Яблоско	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,20	16,00	9,00	11,00	2,20		
	Среднее значение по группе:		0,68	0,68	46,78	197,14	0,00	5,28	5,00	0,10	8,03	6,29	6,47	1,29		
ТТК 3.29	Салат из соевых стручков с луком	60	0,66	0,10	32,02	131,52	0,00	0,02	0,68	0,50	32,48	17,46	23,44	0,70		
82 [4]	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180 / 10	1,53	5,04	8,22	90,70	0,04	7,74	10,00	1,78	44,80	45,31	16,81	0,88		
ТТК 5.47	Чайохбиди	80/30	24,20	20,90	5,61	312,95	0,00	2,20	0,00	2,64	64,68	189,20	36,52	2,42		
378 [5]	Каша гречневая рассычатая	130	5,72	3,86	25,68	160,32	0,01	0,16	0,00	0,40	10,26	90,32	135,35	0,35		
ТТК 7.19	Чай Каркаде	200	0,66	0,10	32,02	131,52	0,00	0,02	0,68	0,50	32,48	17,46	23,44	0,70		
ТТК 2.23	Чай пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	47,00	0,00	0,00	0,00	0,20	5,80	30,00	9,40	0,80		
ТТК 2.24	Чай ржанно-пшеничный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80		
	Итого		35,62	30,39	121,32	913,61	0,10	10,14	11,36	6,32	194,50	402,75	250,96	6,05		
ТТК 5.43	Запеканка картофельная с мясом	70/130	2,9	1,2	21,6	208,1	0,2	1,7	0	1,8	6,8	30,1	63,4	7,8		
ТТК 2.24	Чай ржанно-пшеничный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80		
ТТК 2.3	Ванильки с начинкой из/ф	50	3,00	6,00	24,50	165,00	0,05	0,00	0,00	0,85	3,50	31,50	12,50	0,21		
378 [4]	Чай с молоком	200	0,76	0,68	7,95	40,92	0,02	0,67	0,01	0,00	63,30	46,40	7,70	0,21		
	Итого		7,96	18,93	61,95	453,62	0,32	2,37	0,01	2,95	79,40	138,00	93,00	9,51		
	Итого за 2 дня:		50,25	62,45	261,77	1833,86	0,93	23,38	16,85	11,72	380,75	679,31	487,63	19,79		

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, (мг)												
			В	Ж	У		В1	В2	В6	В12	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
181	181 4 Каша злаковая молочная из манной крупы	155	4,50	7,91	23,87	185,23	0,05	0,06	0,87	47,83	98,74	15,04	87,27	1,55					
1	1 4 Булгуровый с маслом	35	9,33	6,00	22,33	180,33	0,00	3,00	1,67	3,33	164,00	17,00	138,00	1,67					
376	376 4 Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,04	0,10	11,10	1,40	2,80	0,28					
	Итого		13,91	13,925	61,20	426,02	0,0465	3,062	2,57	51,166333	273,835	33,435	228,065	3,4966667					
						Зачт грам													
						179,72	0,02	0,28	0,00	0,00	49,20	36,00	5,60	0,16					
						Обсг													
ТТК 7.3	Кефир с сахаром	200	1,16	1,00	41,52	179,72	0,02	0,28	0,00	0,00	49,20	36,00	5,60	0,16					
20	20 5 Салат из свежих овощей с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,89	0,01	3,33	0,00	1,39	13,97	16,94	8,06	0,37					
ТТК 4.27	Котлета Овсяные	180/10	1,98	1,98	12,60	85,14	0,00	5,94	0,00	0,90	21,06	48,60	25,56	0,90					
ТТК 5.1.5	Каша рассыпчатая рисовая	70	7,70	3,64	8,12	99,19	0,00	0,56	0,01	0,00	11,76	78,40	13,30	0,98					
378	378 5 Каша рассыпчатая рисовая	130	7,44	5,02	33,38	208,42	0,01	0,21	0,00	0,52	13,34	117,42	176,22	4,03					
342	342 4 Компот из свежих плодов (яб.юс)	200	0,16	0,16	27,88	113,60	0,00	0,00	0,00	0,08	14,18	5,14	4,40	0,96					
ТТК 2.23	Надб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	47,00	0,00	0,00	0,20	0,30	4,00	13,00	13,00	2,80					
ТТК 2.24	Надб ржанно-пшеничный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80					
	Итого		20,63	14,25	101,32	628,83	0,08	10,06	0,91	3,39	84,11	309,50	239,74	8,24					
ТТК 3.7	Икра овощная (кабачковая)	40	0,73	1,20	2,40	23,13	0,00	0,00	2,53	0,95	14,60	5,33	14,60	0,33					
ТК 210	Омлет натуральный	100/5	9,29	16,55	1,76	193,17	0,07	0,17	0,22	0,50	68,72	150,52	10,76	1,76					
ТТК 2.24	Сос фруктовый	200	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80					
	Итого		12,32	18,20	32,26	347,90	0,04	0,16	2,75	1,73	105,12	199,85	44,76	3,13					
	Итого за 3 дня		46,86	46,37	194,78	1402,75	0,28	90,29	6,24	56,29	463,06	542,79	512,56	14,87					

соль, четверть чайной ложки; перец

подростки калорийности: с 3 до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Дневная норма (ккал)	Витамины, (мг)							Минеральные вещества, (мг)					
			Б	Ж	У		B ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
54-31-2020	Макаронные изделия с сыром	150	7,95	7,20	28,65	210,60	0,05	0,05	0,05	0,71	126,00	100,05	10,95	0,50					
21	Батон пектиновый	20	1,60	0,05	10,60	54,00	0,04	0,80	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,50					
ТТК 2.1	Батон пектиновый	20	1,60	0,05	10,60	54,00	0,04	0,80	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,50					
ТТК 7.19	Чай каркаде	200	0,06	0,02	1,90	8,20	0,16	0,00	0,00	0,02	1,20	0,70	1,70	0,13					
	Итого		11,21	7,32	51,75	326,80	0,285	1,645	0,046	0,725	142,4	152,75	23,05	1,88					
	Срок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,04	77,00	0,00	0,00	16,00	14,00	10,00	0,24					
	Срок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,04	77,00	0,00	0,00	16,00	14,00	10,00	0,24					
21 S	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,41	52,46	0,02	19,47	0,00	1,39	22,42	16,57	9,10	0,31					
ТТК 3.1.4	Салат из квашеной капусты	60	1,02	3,00	5,04	51,42	0,00	11,88	0,00	9,24	31,52	20,34	9,60	0,36					
ТТК 4.5	Среднее значение по группе:	180	0,93	3,02	5,23	51,94	0,01	15,68	0,00	5,31	26,87	18,45	9,35	0,33					
ТТК 5.1.7	Среднее значение по группе:	70/30	1,26	5,04	11,16	94,32	0,00	0,18	0,00	1,26	25,20	14,94	35,46	1,08					
ТТК 5.1.7	Среднее значение по группе:	130	8,20	14,00	8,00	191,30	0,10	0,90	0,00	1,60	37,20	101,00	20,50	1,90					
378 S	Капша пшеница расквашенная	200	5,71	4,71	32,75	196,17	0,17	0,00	0,68	0,50	14,92	116,25	40,92	1,38					
349 4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	32,02	131,52	0,00	0,02	0,00	0,20	32,48	17,46	23,44	0,70					
ТТК 2.23	Наиб. питательный	20	1,53	0,13	9,87	47,00	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20					
	Итого		18,29	27,00	99,02	712,25	0,28	16,78	24,83	9,07	140,68	281,10	132,47	5,59					
	Условный напиток																		
223 4	Запеканка из творога со сухофруктами	150/10	19,35	18,30	20,70	277,50	0,08	0,08	0,59	0,47	208,50	30,00	251,40	0,90					
403 5	Яблочки печеные	120	0,48	0,48	41,88	173,64	0,00	5,28	0,00	0,24	19,68	13,08	10,63	2,64					
	Фрукты (ябл.) Яблочно	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	10,00	0,20	16,00	9,00	11,00	2,20					
	Среднее значение по группе:	45	0,44	0,44	25,84	110,52	0,00	2,64	5,00	0,22	17,84	11,04	10,82	2,42					
314	Бутерброды с сыром	200	1,80	5,40	13,28	108,90	0,45	1,13	0,45	0,68	8,21	28,69	118,13	2,03					
ТТК 7.5	Кнесь-яблочки	200	0,58	0,06	30,20	123,66	0,00	1,10	0,00	0,18	15,70	16,52	3,36	0,38					
	Итого		22,17	24,20	90,02	620,38	0,53	4,94	6,04	1,54	250,25	86,05	383,70	5,73					
	Итого за 4 дня		52,67	58,72	260,98	1751,43	1,13	100,36	30,91	11,33	549,33	533,90	549,22	13,44					

№ реп.	Наименование блюда	Масса порция, г	Наименование вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe							
173	Каши вязкая молочная из гречневой крупы	150	8,22	26,35	2,33	212,82	0,16	4,65	0,03	32,55	93,62	106,95	19,69	48,30	0,58						
144	Бутерброды с маслом	35	3,27	2,10	7,82	63,12	0,00	1,05	0,58	1,17	57,40	5,95	48,30	21,34	0,48						
416 [5]	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	1,58	0,02	0,00	303,24	237,46	89,33	1,99							
	Итого		15,56	31,99	27,72	394,45	0,22	7,28	0,63	33,72	303,24	237,46	89,33	1,99							
						Затраты 2															
403 [5]	Яблочки печеные	120	0,48	0,48	41,88	173,64	0,00	5,28	0,00	0,24	19,68	13,08	10,63	2,64							
	Фрукты (порт.) Яблочно	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	0,00	0,20	16,00	9,00	11,00	2,20							
	Итого		0,68	0,68	46,78	197,14	0,00	5,28	5,00	0,34	27,68	17,58	16,13	3,74							
						Обсч															
	Среднее значение по группе:					47,46	0,00	12,00	0,00	1,86	10,50	19,68	10,62	4,48							
TK 3.19	Салат из свежих помидор с луком	60	0,66	3,66	2,82	47,46	0,18	5,76	0,00	5,58	36,72	150,30	41,40	2,88							
TK 3.19	Салат "Школьный"	180/10	6,30	5,94	13,50	129,42	0,18	5,76	0,00	5,58	36,72	150,30	41,40	2,88							
TK 3.19	Сметана	10	0,03	19,80	35,60	439,80	0,20	108,00	0,00	6,60	246,00	454,00	156,20	4,20							
TK 5.1.6	Рягу рыбное	70/130	30,00	0,00	26,00	104,80	0,00	8,00	0,00	0,20	12,00	4,00	4,00	0,20							
TK 5.1.6	Напиток апельсиновый	200	0,20	0,00	17,80	219,90	0,10	54,00	0,00	3,30	123,00	65,00	78,10	2,10							
TK 2.23	Хлеб пшеничный	20	1,53	9,90	26,00	104,80	0,00	8,00	0,00	0,20	12,00	30,00	4,00	0,20							
TK 2.24	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,00	26,00	104,80	0,00	8,00	0,00	0,20	12,00	30,00	4,00	0,20							
	Итого		39,99	39,30	121,72	1046,18	0,48	195,76	0,00	17,74	440,22	722,98	294,32	10,06							
						Удельный состав															
TK 5.1.2	Котлеты "Нежные"	70	5,74	7,98	3,78	109,90	0,07	0,77	0,07	1,05	16,80	95,20	12,39	1,12							
414 [4]	Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	146,02	0,00	0,00	0,00	0,91	4,16	32,24	18,33	0,91							
TK 2.24	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80							
378 [4]	Чай с молоком	200	0,76	0,68	7,95	40,92	0,02	0,67	0,01	0,00	63,30	46,40	7,70	0,21							
	Итого		12,58	12,82	42,55	336,44	0,14	1,44	0,08	2,26	90,06	203,84	47,82	3,04							
	Итого за 5 дней		68,82	84,79	238,77	1974,21	0,84	209,76	5,71	54,06	861,20	1181,86	447,60	18,83							

список ингредиентов

сорт: пропар

№ п/п	Наименование ингредиентов	Масса порции, г	Наименное количество (г)			Дополнительное количество (ккал)	Витаминный состав (мг)						Минеральное количество (мг)					
			Б	Ж	У		B ₁	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
Паночное пюре																		
223	Зачесанка из творога с повидлом	160	11,20	8,00	38,40	390,88	0,16	0,64	0,03	0,48	125,76	176,00	48,50	2,08				
1	Бутерброды с маслом	35	3,27	2,10	7,82	63,12	0,00	1,05	0,58	1,17	57,40	5,95	48,30	0,58				
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,04	0,00	11,10	1,40	2,80	2,20				
Итого																		
			14,55	10,12	61,22	514,46	0,16	1,69	0,66	1,6466667	194,26	183,35	99,596	4,8633333				
Завтрак 2																		
403	Молоко нежирное	120	0,48	0,48	41,88	173,64	0,00	5,28	0,00	0,24	19,68	13,08	10,65	2,64				
51	Фрукты (ягоды) Молоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	10,00	0,20	16,00	9,00	11,00	2,20				
Среднее значение по группе:																		
			0,68	0,68	46,78	197,14	0,00	5,28	5,00	0,34	27,68	17,88	16,13	3,74				
Обед																		
TK 3.19	Салат из свежих помидор с луком	60	0,66	3,66	2,82	47,46	0,00	12,00	0,00	1,86	10,50	19,68	10,62	0,48				
88	Шоколад из свежей какао с карофедем	180	1,52	5,06	6,04	80,62	0,05	11,41	10,00	1,74	44,46	41,28	16,95	0,59				
TK 5.20	Паста из свежих капусты с карофедем	70	17,94	17,45	28,85	349,89	0,07	0,70	0,00	2,10	22,65	162,78	39,56	2,52				
TK 7.19	Чай Каркаде	200	0,66	0,10	32,02	131,52	0,00	0,02	0,68	0,50	32,48	17,46	23,44	0,70				
TK 2.23	Чай зеленый	20	1,55	0,13	9,87	47,00	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20				
TK 2.24	Чай ромашково-лимонный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80				
Итого																		
			23,61	26,66	87,80	696,09	0,17	24,13	10,68	6,70	119,89	284,20	102,75	5,29				
Удвоенный напиток																		
218	Вареники ленивые со сметанным соусом	100	6,29	7,69	23,22	187,19	0,07	1,23	0,06	1,46	44,44	62,37	14,96	0,65				
TK 7.5	Кондитерское изделие пром. производства (без крепящей начинки)	200	0,58	0,06	30,20	123,66	0,00	1,10	0,00	0,18	15,70	16,32	3,36	0,38				
Итого																		
			7,03	8,23	54,60	320,53	0,11	2,43	0,10	1,70	60,87	81,24	28,82	1,19				
Итого за 7 дней																		
			45,87	45,69	250,09	1728,21	0,43	33,53	16,43	10,39	402,70	566,37	247,30	15,08				

Категория: молочная
 Наименование категории: с 3 до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Масса порция, г	Натуральные ингредиенты (г)			Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Витамин А, (мг)	Витамин В1, (мг)	Витамин В2, (мг)	Витамин С, (мг)	Витамин Е, (мг)	Кальций, (мг)	Фосфор, (мг)	Магний, (мг)	Калий, (мг)
			г	ж	у												
Завтрак 1																	
173 [4]	Каша вязкая молочная из крупы (пшеницы)	150	4,05	7,05	18,45	0,06	4,47	0,03	1,68	0,68	8,21	28,69	118,13	2,03			
3 [4]	Бутерброды с сыром	45	1,80	5,40	13,28	0,45	1,13	0,45	0,68	0,00	1,52	124,56	21,34	1,20			
416 [5]	Кавказ с молоком	200	4,08	3,54	17,58	0,06	1,58	0,02	2,355	251,0325	256,7475	158,515	4,125				
Итого																	
			9,93	15,99	49,31	0,57	7,175	0,5									
Завтрак 2																	
ТТК 7.3	Кефир с сахаром	200	1,16	1,00	41,52	0,02	0,28	0,00	0,00	0,00	49,20	36,00	5,60	0,16			
Обед																	
ТТК 3.32	Салат Яючий	60	1,02	2,10	5,17	0,14	8,23	0,00	1,04	31,32	13,24	27,18	0,80				
ТТК 4.27	Суп лапша по-домашнему	180	1,98	1,98	12,60	0,00	5,94	0,00	0,90	21,06	48,60	25,56	0,90				
ТТК 5.46	Теплый Морская фантазия	70/30	9,45	5,11	13,30	0,07	8,40	0,00	1,89	45,64	184,10	63,70	5,05	0,87			
339 [5]	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,72	0,03	0,12	15,74	0,16	32,05	24,05	75,05	2,60	0,20			
342 [4]	Компот из свежих плодов (яблук)	200	0,16	0,16	27,88	0,00	0,02	0,90	0,08	4,00	14,18	13,00	2,80	0,80			
ТТК 210 [4]	Омлет картофельный	20	1,53	0,13	9,87	0,00	0,00	0,00	0,20	5,80	30,00	9,40	0,80	0,80			
ТТК 2.24	Надбранно-молочный	20	1,30	0,25	7,90	0,05	0,09	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80	0,80			
Итого																	
			18,10	13,89	94,44	0,28	22,70	16,64	4,57	154,05	318,13	208,09	5,89				
Углеточный напиток																	
227 [5]	Минералное	40	3,72	6,62	0,70	0,03	0,07	0,09	0,20	27,49	60,21	4,30	0,80				
ТТК 3.7	Канула тушеная	130	2,75	4,50	9,00	0,00	0,00	9,50	3,50	54,75	20,00	54,75	9,40	0,80			
ТТК 2.24	Надбранно-молочный	20	1,30	0,25	7,90	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80	0,80			
Итого																	
			8,77	11,57	37,80	0,12	77,07	9,59	4,00	104,04	124,21	78,45	3,68				
Итого за 8 дней																	
			37,95	42,45	223,07	0,99	107,23	26,73	10,93	558,32	735,09	450,66	13,86				

суды: сметный
летопись: стропы

по расцовой категории: в 3,00 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Исходные продукты (г)			Дополнительные ингредиенты	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
		Масса порции, г	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
181 [4]	Каша овсяная молочная из манной крупы	150	4,35	7,65	23,10	179,25	0,05	0,06	0,84	46,29	95,55	14,55	84,45	1,50			
	булгуром с маслом	35	3,27	2,10	7,82	63,12	0,00	1,05	0,58	1,17	57,40	5,95	48,30	0,58			
	чай с лимоном	200	0,14	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,84	0,02	14,20	2,40	4,40	0,40			
377 [4]	Итого		0,14	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,84	0,02	14,20	2,40	4,40	0,40			
	Итого				Батиска 2												
403 [5]	Яблоки печеные	120	0,48	0,48	41,88	175,64	0,00	5,28	0,00	0,24	19,68	13,08	10,65	2,64			
	Фрукты (яблоки, яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	0,00	10,00	0,20	16,00	9,00	11,00	2,20			
	Среднее значение по группе:		0,68	0,68	46,78	197,14	0,00	5,28	5,00	0,34	27,68	17,58	16,13	3,74			
	Итого				Общ												
ТТК 3,29	Салат из зеленых помидор с луком	60	0,84	1,74	4,56	38,76	0,00	1,02	0,00	0,12	5,70	5,58	3,18	0,18			
ТТК 4,4	Рассольник Петербургский с рисовой крупой	180	1,44	3,60	11,88	86,94	0,00	5,40	0,00	1,80	19,08	51,84	18,72	0,72			
ТТК 5,17	Наттерсы крупяные	70	13,51	14,14	3,36	200,90	0,07	0,28	0,07	1,47	17,08	114,38	13,23	1,40			
378 [5]	Каша гречневая рассычатая	130	7,44	5,02	33,38	208,42	0,01	0,21	0,00	0,52	13,34	117,42	176,22	0,46			
349 [4]	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,10	32,02	131,52	0,00	0,02	0,68	0,50	32,48	17,46	23,44	4,40			
ТТК 2,23	Хлеб пшеничный	20	1,53	0,13	9,87	47,00	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00	13,00	2,80	0,20			
ТТК 2,24	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80			
	Итого		26,72	24,98	102,97	753,14	0,13	6,93	0,75	4,91	97,48	349,68	246,99	8,16			
	Итого				Удвоенный посылки												
ТТК 5,18	Сыфле из печени	70	12,60	3,71	6,02	108,08	0,14	7,00	0,00	14,70	17,50	60,55	12,53	16,10			
378 [3]	Каша рассычатая пшеница	130	5,72	4,68	32,76	196,17	0,13	0,00	0,00	0,26	14,95	116,22	40,92	1,43			
ТТК 2,24	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,30	0,25	7,90	39,60	0,05	0,00	0,00	0,30	5,80	30,00	9,40	0,80			
ТТК 7,3	Кефир с сахаром	200	1,16	1,00	41,52	179,72	0,02	0,28	0,00	0,00	49,20	36,00	5,60	0,16			
	Итого		20,78	9,64	88,20	523,57	0,34	7,28	0,00	15,26	87,45	242,77	68,45	18,49			
	Итого на 9 дней		48,32	35,32	253,15	1535,35	0,47	19,49	8,59	20,53	226,81	612,43	335,97	30,79			

Сводная таблица о потреблении пищевых веществ и энергии обучающимися образовательных учреждений за 10 дней																
День недели	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность на 10 дней, (ккал)	Витамины, (мг)						Минеральные вещества, (мг)					
	Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	58,59	63,41	195,64	1555,83	0,67	162,33	26,76	16,99	807,00	1001,96	601,38	13,75				
2	50,25	62,45	261,77	1833,86	0,93	23,38	16,85	11,72	380,75	679,31	487,63	19,79				
3	46,86	46,37	194,78	1402,75	0,28	90,29	6,24	56,29	463,06	542,79	512,56	14,87				
4	52,67	58,72	260,98	1751,43	1,13	100,36	30,91	11,33	549,33	533,90	549,22	13,44				
5	68,82	84,79	238,77	1974,21	0,84	209,76	5,71	54,06	861,20	1181,86	447,60	18,83				
6	46,41	73,41	230,45	1787,04	0,91	80,35	27,71	7,58	322,68	528,99	382,06	11,32				
7	45,87	45,69	250,09	1728,21	0,43	33,53	16,43	10,39	402,70	566,37	247,30	15,08				
8	37,95	42,45	223,07	1449,83	0,99	107,23	26,73	10,93	558,32	735,09	450,66	13,86				
9	48,32	35,32	253,15	1535,35	0,47	19,49	8,59	20,53	226,81	612,43	335,97	30,79				
10	50,42	48,75	256,87	1692,70	18,08	113,88	16,13	210,97	624,52	598,82	331,63	10,36				
Всего за 10 дней	506,16	561,37	2365,58	16711,21	24,74	940,59	182,06	410,79	5196,36	6981,52	4346,01	162,07				

Среднегочасовый набор численности работников за 10 дней

к. Сидибаев 312.43390.20

№п/п	Наименование работников	Среднегочасовая норма	Среднегочасовая норма 80% (нагрузка, объект)	Норма за 10 дней	Получено фактически	%	Недостаток, т	%	Избыток, т	%
1	ХДБг. Рабочие-машинисты	50	40	400	360	90	40	10	-	-
2	ХДБг. Инженеры	80	64	640	500	78	140	22	-	-
3	Масса машинистов	15	9	90	90	100	-	-	-	-
4	Крейды, бойовые	45	27	270	270	100	-	-	-	-
5	Машинисты и др. лица	15	9	90	90	100	-	-	-	-
6	Курьеры	187	112	1120	1680	100	-	-	390	35
7	Охрана очереди, вахта	280	168	1680	1500	135	-	-	-	-
8	Дворята (грузы) вахта	185	111	1110	90	100	-	-	-	-
9	Дворята (грузы) вахта, диноровы, вахта	15	9	90	1200	100	-	-	-	-
10	Сортировочные, погрузочно-разгрузочные	200	120	1200	420	100	-	-	-	-
11	Масса железнодорожников	70	42	420	210	100	-	-	-	-
12	Помощники 1 кат. (вахта)	35	21	210	210	100	70	20	-	-
13	Рабочие вахты	58	35	350	280	80	70	20	600	33
14	Машинисты	300	180	1800	2400	133	-	-	4	16
15	Вахты 9%	50	30	300	300	100	-	-	-	-
16	Свар	10	6	60	60	100	-	-	-	-
17	Сметная 15%	10	6	60	180	100	-	-	-	-
18	Масса машинистов	30	18	180	50	100	-	-	-	-
19	Масса машинистов	15	9	90	240	100	-	-	-	-
20	Масса машинистов	15	9	90	240	100	-	-	-	-
21	Свар	30	18	180	180	100	-	-	-	-
22	Коллективные и др. лица	10	6	60	60	100	-	-	-	-
23	Чай	1	0,6	6	6	100	-	-	-	-
24	Лицензия на эксплуатацию	1	0,12	1,2	1,2	100	-	-	-	-
25	Свар	3	1,8	18	18	100	-	-	-	-

Суммарный объем блюд по приемам пищи в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Дни недели	Завтрак	Второй завтрак	Обед	Полдник
1	370	200	660	390
2	400	100	640	470
3	390	200	680	360
4	380	200	650	615
5	390	100	690	420
6	370	200	680	310
7	385	100	690	330
8	395	200	680	410
9	385	100	680	465
10	380	200	620	515
Показатели нормы	400	100	600	250
Среднее за 10 дней	424,5	170	727	453,5

Библиография

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А. И. Злобнов, В. А. Дыгалецко, М. И. Пересичный. – К.: Арий, М.: Лада, 2008. – 688 с.
2. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 289 с.
3. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / ред. совет: ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора (И.И. Новикова и др.) и др., 2021. – 192 с.
4. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делти плюс, 2017. – 544 с.
5. Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: Делти плюс, 2015. – 640 с.
6. Справочник «Химический состав российских пищевых продуктов» / Под ред. И. М. Скурихина, В. А. Тутельяна. – М.: Делти принт, 2002. – 236 с.

Пояснение

* При приготовлении блюд используются овощи и фрукты урожая 2020-2021 гг. После 1 марта допускается использовать только после термической обработки.