

СОГЛАСОВАНО

Начальник ТО управления Роспотребнадзора
по Краснодarsкому краю в городе-курорте Сочи



В.Г. Орбей
2016 г.

СОГЛАСОВАНО

Начальник управления по образованию и науке
администрации города Сочи



О.Н. Мелвцева
2016 г.

ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА СОЧИ

В ВОЗРАСТЕ С 7 ДО 10 ЛЕТ

(на 2016-2017 учебный год)

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Витамины								Минеральные вещества					
		белки	жиры	углев.	клетчатка	8		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	I				
1 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18						
№413 СОСИСКА ОТВАРНАЯ	60,00																				
СОСИСКИ		5,50	11,95	0,80	133,00	0,00	0,00	0,00	0,20	17,50	79,50	10,00	0,90	1035,0	1,35						
№43 САЛАТИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80,00																				
Горошек консервированный	20	0,62	0,20	1,30	8,00	0,07	5,00	0,00	0,04	5,20	24,40	7,60	0,14	360,0	0,40						
№332 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150,00																				
		5,30	4,84	34,89	207,40	0,09	0,00	0,05	2,00	21,16	46,74	8,68	0,90	364,0	0,75						
№685 Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,20	0,00	13,60	56,00	0,00	1,10	0,00	0,00	16,00	8,24	6,00	0,87	0,0	0,00						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	3,21	0,34	14,00	100,44	0,05	0,00	0,00	0,22	8,44	27,43	5,91	0,46	506,4	1,27						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН	31,50	1,36	0,26	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,28	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	60,00	3	4,4	33,48	187,65	0,04	0,00	4,500	1,57	13,05	40,50	9,00	0,94	325,0	1,620						
Итого за день:		23,27	26,66	121,70	851,62	0,36	90,77	5,03	5,81	193,06	326,77	92,22	6,33	4019	15,61						

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников"
Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины										Минеральные вещества						
		белки	жиры	углевод		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	І							
2 ДЕНЬ																						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ																						
ПОМИДОР	60,00	0,25	0,05	0,90	6,00	0,07	2,07	0,00	0,02	2,52	0,76	1,91	0,06	2,30	0,06							
№451 КОТЛЕТА ИЗ																						
ГОВЯДИНЫ	80,00																					
		13,25	12,36	12,88	217,14	0,07	0,50	0,00	2,40	14,27	23,68	6,92	0,52	1738,5	2,39							
№512 РИС ПРИПУЩЕН																						
С ОВОЩАМИ 125/25	150																					
		3,59	6,55	34,33	213,74	0,06	2,88	1,62	2,00	30,17	89,54	32,06	0,82	1034,0	2,56							
№685 ЧАЙ С САХАРОМ и лимоном 200/7																						
		0,20	0,00	13,60	56,00	0,00	1,10	0,00	0,00	16,00	8,24	6,00	0,87	0,0	0,00							
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31,00	3,21	0,34	14,00	100,44	0,05	0,00	0,00	0,22	8,44	27,43	5,91	0,46	506,4	1,27							
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН	30,00	1,36	0,26	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,28	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00							
Итого за день:		21,86	19,56	83,67	633,52	0,29	6,55	1,62	4,92	80,80	181,05	62,60	3,53	3601	7,30							

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников"
Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность		Витамины										Минеральные вещества							
		белки	жиры	углевод	клетчатка	вода	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I										
3 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18											
ОВОЩИ СВЕЖИЕ																										
ОГУРЕЦ	30,00	0,25	0,05	0,90	6,00	0,07	2,07	0,00	0,02	2,52	0,76	1,91	0,08	2,30	0,08											
№374 ФИЛЕ МИНТАЯ ТУШЕН С ОВОЩАМИ 80/80	160,00	16,60	8,91	8,17	178,70	0,15	6,51	13,03	2,37	68,03	268,69	72,59	1,34	1227,8	51,67											
№518 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150,00	3,03	4,93	24,49	159,27	0,18	30,00	0,08	0,20	20,23	88,94	34,80	1,40	544,2	7,50											
№685 ЧАЙ С САХАРОМ	200,00	0,20	0,05	15,01	56,85	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	0,0	0,00											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	3,21	0,34	14,00	100,44	0,05	0,00	0,00	0,22	8,44	27,43	5,91	0,46	506,4	1,27											
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧ.	30	1,36	0,26	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,28	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00											
Итого за день:		24,65	14,54	70,53	541,46	0,49	38,68	13,11	3,09	113,87	425,46	129,41	4,93	2601	61,52											

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников
Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПиН и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Витамины											Минеральные вещества							
		белки	жиры	углевод	клетчатка	целлюлоза		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	1									
4 день	2	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18										
№97 СЫР ПОРЦИЯМИ	10,00	3,45	2,90	0,00		54,00	0,01	0,24	0,06	0,05	150,00	81,00	7,50	0,17	600,0	0,00										
МАСЛО СЛИВОЧН	10,00	0,05	7,20	0,08		74,80	0,00	0,00	0,10	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	0,0	0,00										
№ 340 ОМЛЕТ НАТУРАЛ	130,00																									
		13,64	17,69	2,49		223,32	0,08	0,48	0,32	0,65	103,39	225,40	17,32	2,54	3455,8	42,20										
№693 КАКАО С МОЛОКОМ	200,00																									
		3,77	3,80	25,07		145,36	0,04	1,30	0,03	0,01	125,52	116,20	31,00	1,00	500,0	7,00										
ФРУКТЫ ЯБЛОКО	120,00	2,25	0,75	31,50		144,00	0,06	15,00	0,00	0,22	12,00	42,00	63,00	0,90	300,0	6,00										
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47,00	2,87	0,30	18,32		89,73	0,04	0,00	0,00	0,24	7,54	24,51	5,28	0,41	452,4	1,13										
Итого за день:		26,03	32,64	77,46		731,21	0,23	17,02	0,51	1,27	399,65	491,01	124,1	5,04	5308	56,33										

Меню составлено согласносборника технических нормативов "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания ш Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность										
		белки	жиры	углевод	клетчатка	сахароза	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Zn	I	
5 день	2	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
№50 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60,00	0,77	2,55	5,11		45,87	0,01	5,12	0,01	1,16	19,69	22,17	11,31	0,72	205,5	1,54	
№490 ФИЛЕ КУРИНОЕ ТУШЕН С ОВОЩАМИ 50/50	100,00																
№600 СОУС СМЕТАННИ 50/00	50,00	15,27	16,51	8,46		233,76	0,13	6,57	24,22	0,58	52,33	171,41	36,86	1,80	1883,1	6,35	
№297 КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150,00	7,91	6,19	38,91		247,11	0,08	0,00	0,05	1,35	16,80	188,25	125,44	4,23	1255,3	2,50	
№648 ВИТАМИН НАПИТОК КИСЕЛЕК	200,00	0,00	0,00	19,96		75,80	0,60	10,00	0,05	6,50	0,40	0,00	0,00	0,06	16,4	0,20	
ФРУКТЫ ЯБЛОКО	70,00	0,63	0,63	15,39		70,65	0,05	25,91	0,05	0,26	25,12	17,27	14,13	3,45	235,5	3,14	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40,20	4,20	0,45	18,60		130,00	0,06	0,00	0,00	0,29	11,20	36,50	7,80	0,60	550,0	1,30	
Итого за день:		28,78	26,33	106,43		803,19	0,93	47,60	24,38	10,14	125,54	435,60	195,54	10,86	4146	15,03	

Наименование блюда	Масса порции	брутто	нетто	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины										Минеральные вещества							
				Белки	жиры	углевод		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	Zn	I								
6 ДЕНЬ №439 ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18								
В СОУСЕ 60/50	110,00																								
№520 ПЮРЕ																									
КАРТОФЕЛЬНОЕ	150,00																								
№685 ЧАЙ С САХАРОМ	200,00																								
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39,00	39,00	39,00	1,37	0,14	8,75	42,84	0,02	0,00	0,00	0,24	3,60	11,70	2,52	0,20	216,0	0,54								
ФРУКТЫ ЯБЛОКО	70,00	70,00	70,00	0,63	0,63	15,39	70,65	0,05	25,91	0,05	0,26	25,12	17,27	14,13	3,45	235,5	3,14								
Итого за День:				21,82	18,32	71,59	541,69	0,50	80,18	6986,63	1,80	104,44	417,46	71,81	11,80	3696	17,17								

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников"
 Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г
 Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блока	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины													Минеральные вещества							
		Белки	жиры	углевод		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I											
7 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18											
ОВОЩИ СВЕЖИЕ																										
ОГУРЕЦ	50,00	0,50	0,01	1,80	12,00	0,14	4,00	0,00	0,04	5,00	1,40	3,80	0,16	4,60	0,16											
№463 ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ																										
ПАРОВЫЕ 60/30	60,00																									
№587 СОУС ТОМАТНЫЙ	30,00	9,46	9,69	6,85	152,91	0,04	2,10	0,27	0,42	9,65	18,87	6,63	0,26	1318,6	1,82											
№332 МАКАРОНЫ																										
ОТВАРНЫЕ с маслом сливочное	150,00	5,23	4,84	34,89	207,40	0,09	0,00	0,05	2,00	21,16	46,74	8,68	0,90	364,0	0,75											
№685 ЧАЙ С САХАРОМ	200,00																									
		0,20	0,05	15,01	56,85	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	0,0	0,00											
ФРУКТЫ ЯБЛОКО	150,00	2,25	0,75	31,50	144,00	0,06	15,00	0,00	0,22	12,00	42,00	63,00	0,90	300,0	6,00											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38,50	4,20	0,45	18,60	130,00	0,06	0,00	0,00	0,29	11,20	36,50	7,80	0,60	550,0	1,30											
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН	30,00	1,36	0,26	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,26	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00											
Итого за день:		23,20	16,05	116,61	743,36	0,43	21,20	0,32	3,25	73,66	185,15	104,11	4,47	2857	11,0											

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Витамины										Минеральные вещества							
		белки	жиры	углевод	клетчатка		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Zn	I								
8 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18									
ОВОЩИ СВЕЖИЕ																								
огурец свежий	40,0	0,35	0,05	1,20	6	0,01	3,50	0	0	8	15	7	0,25	2	0									
№499 КОТЛЕТА РУБЛЕН	80,00																							
из филе птицы																								
№520 ПЮРЕ		13,65	11,65	12,42	210,94	0,10	1,18	17,76	1,44	17,06	123,82	19,08	1,47	1543,4	2,19									
картофельное	150,00																							
		3,22	5,56	22,01	154,96	0,16	25,95	0,08	0,20	44,14	96,41	32,90	1,21	577,7	7,99									
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,00	1,00	0,00	18,20	76,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	0,60	0,0	0,00									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,10	3,21	0,34	14,00	100,44	0,05	0,00	0,00	0,22	8,44	27,43	5,91	0,46	506,4	1,27									
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН	22,00	1,36	0,26	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,28	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00									
ФРУКТЫ ЯБЛОКО	100,00	0,63	0,63	15,39	70,65	0,05	25,91	0,05	0,26	25,12	17,27	14,13	3,45	235,5	3,14									
Итого за день:		23,07	18,44	89,98	653,19	0,42	57,04	17,89	2,60	118,16	310,33	89,82	7,97	3183	15,59									

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Витамины										Минеральные вещества								
		Белки	Жиры	Углев	В1	С		А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I	
9 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18											
№366 ЗАПЕКАНКА																										
ИЗ ТВОРОГА 145/10	155,00																									
		24,83	36,40	37,65	581,07	0,12	1,00	14,74	1,44	299,57	396,02	47,07	1,29	1138,1	4,00											
МАСЛО СЛИВОЧН	8,00	0,05	5,70	0,08	59,84	0,00	0,00	0,10	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	0,0	0,00											
№685 ЧАИ С САХАРОМ	200,00																									
		0,20	0,05	15,01	56,85	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	0,0	0,00											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41,50	1,22	0,13	7,78	38,08	0,02	0,00	0,00	0,26	3,20	10,40	2,24	0,18	192,0	0,48											
Итого за день:		26,30	42,28	60,52	735,84	0,14	1,10	14,84	1,80	309,22	416,56	53,75	2,36	1330	4,48											

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников
Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины								Минеральные вещества							
		Белки	жиры	углевод		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	II						
10 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18						
№43 САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ																					
КАПУСТЫ	60,00																				
ГОРШЕК ЗЕЛЕНЬИ	15,00	1,24	4,07	7,54	70,90	0,02	28,84	0,73	0,24	36,92	24,49	13,30	0,47	421,4	3,56						
№443 ПЛОВ ИЗ																					
ГОВЯДИНЫ 45 /100	145,00																				
		16,01	14,16	25,40	295,29	0,08	1,00	0,72	2,66	12,34	59,63	21,10	0,47	2518,8	3,24						
№685 ЧАЙ С САХАРОМ	200,00																				
		0,20	0,05	15,01	56,85	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,24	4,40	0,87	0,0	0,00						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	3,21	0,34	14,00	100,44	0,05	0,00	0,00	0,22	8,44	27,43	5,91	0,46	506,4	1,27						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24,20	1,36	0	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,28	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00						
Итого за день:		22,02	18,88	69,91	563,68	0,19	29,94	1,45	3,40	72,35	151,19	54,51	3,05	3767	9,07						

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанГин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность		Витамины								Минеральные вещества									
		Белки	Жиры	Углев	Ческая ценность	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I	
11 день	2	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18											
Огурец соленый (консерв.)	30,00	0,26	0,01	0,57	4,00	0,01	1,70	0,00	0,01	10,00	8,00	5,00	0,20	200,0	2,00											
№388 КОТЛЕТЫ																										
РЫБНЫЕ	80,00	10,90	7,60	13,62	168,00	0,10	0,97	5,28	2,82	50,67	163,87	37,95	0,92	862,1	28,30											
№518 КАРТОФЕЛЬ																										
ОТВАРНОЙ	150,00	3,03	4,93	24,49	159,27	0,18	30,00	0,08	0,20	20,23	88,94	34,80	1,40	544,2	7,50											
СОК ФРУКТОВЫЙ	200,00	1,00	0,00	18,20	76,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	0,60	0,0	0,00											
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31,00	2,01	0,21	12,88	63,07	0,03	0,00	0,00	0,24	5,30	17,23	3,71	0,29	318,0	0,80											
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕН.	20,00	1,36	0,26	7,96	40,20	0,04	0,00	0,00	0,40	9,40	31,40	9,80	0,78	320,0	1,00											
ФРУКТЫ ЯБЛОКО	90,00	0,63	0,63	15,39	70,65	0,05	25,91	0,05	0,22	25,12	17,27	14,13	3,45	235,5	3,14											
Итого за день:	18,93	13,63	92,54	577,19	0,42	60,88	5,41	4,08	124,72	332,71	108,4	7,44	2280	40,74												

Меню составлено согласносборника технических нормативов-"Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников
Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Пояснительная записка: нормы взяты по новому СанПин и все основные продукты и витамины с энергетической ценностью проходят по нормам.

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Витамины										Минеральные вещества							
		Белки	жиры	углев				В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Zn	I								
12 день	2	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18									
№337 ЯЙЦО ОТВАРН	40,00	5,08	4,60	0,28		62,80	0,03	0,00	0,10	0,20	22,00	76,80	4,80	1,00	1320,0	16,00									
№99 КОЛБАСА																									
ЗАКАЗНАЯ	15,00	2,58	5,85	0,03		63,00	0,02	0,00	0,00	0,07	4,50	32,10	3,30	0,45	330,0	0,45									
№97 СЫР ПОРЦИЯМИ	15,00	5,00	6,50	0,00		80,00	0,01	0,24	0,06	0,05	150,00	81,00	7,50	0,17	600,0	0,00									
МАСЛО СЛИВОЧН	10,00	0,05	7,20	0,08		74,80	0,00	0,00	0,10	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02	0,0	0,00									
ОГУРЕЦ КОНСЕРВИР.	20,00	1,55	0,74	9,00		48,75	0,06	0,00	0,00	0,02	5,10	45,15	15,60	0,56	270,0	0,30									
№224 РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150,00																								
		3,35	11,45	17,25		186,62	0,13	33,99	2,57	3,57	57,96	87,84	38,55	1,34	702,0	7,38									
№693 КАКАО С МОЛОКОМ	200,00																								
		3,77	3,80	25,07		145,36	0,04	1,30	0,03	0,01	125,52	116,20	31,00	1,00	500,0	7,00									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28,30	3,00	0,32	19,20		94,01	0,04	0,00	0,00	0,23	7,90	25,68	5,53	0,43	474,0	1,19									
Итого за день:		24,38	40,46	70,91		755,34	0,33	35,53	2,86	4,25	374,18	466,67	106,32	4,97	4196	32,32									

Меню составлено согласносборника технических нормативов "Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников" Утвержденного ГУ НИИ питания РАМН РФ 2004 г

Таблица

Выполнения норм питания детей в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409-08

завтрак 7-10 лет (осень 2016)

Наименование продуктов	Нормы на одного ребёнка в день (граммов)	Фактическое выполнение (граммов)	Выполнение норм питания после замены продуктов по таблице взаимозаменяемости
1	2	3	4
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	16-20	15	15
Хлеб пшеничный	30-37,5	39	39
Мука пшеничная	3-3,75	1,3	1,3
Крупы, бобовые	9-11,25	13	13
Макаронные изделия	3-3,75	4,2	4,2
Картофель	37,6-47	50	50
Овощи свежие, зелень	56-70	63	63
Фрукты (плоды) свежие	37-46,25	50	50
Фрукты (плоды) сушен. в т.ч. шиповник	3-3,75	-	-
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. негазированные	40-50	50	50
Мясо жилованное (мясо на кости) I кат.	14-17,5	23	23
Цыплята I кат. потрошенные (суры I кат. п/п)	7-8,75	10,6	10,6

Рыба-филе	11,6-14,5	12,6	12,6
Колбасные изделия	2,94-3,68	6,2	6,2
Молоко (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	60-75	30	30
Кисломолочные продукты (массовая доля жира 2,5%, 3,2%)	30-37,5	-	-
Творог (массовая доля жира не более 9%)	10-12,5	11,4	11,4
Сыр	1,96-2,45	2,6	2,6
Сметана (массовая доля жира не более 15%)	2,3-2,5	2,5	2,5
Масло сливочное	6-7,5	8	8
Масло растительное	3-3,75	4,3	4,3
Яйца куриные диетические	8-10	11,9	11,9
Сахар	8-10	12	12
Кондитерские изделия	2-2,5	5	5
Чай	0,08-0,1	0,5	0,5
Какао	0,24-0,3	0,6	0,6
Дрожжи хлебопекарные	0,2-0,25	-	-
Соль пищевая поваренная	1-1,25	1,5	1,5

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов и блюд кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах./ Министерство экономического развития и торговли РФ. М.: Изд-во «Хлебпродинформ». 2004 - 639с.
2. И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблицы химического состава и калорийности Росийских продуктов питания/ М.: Изд-во «Делфи принт». 2008 - 275с.

Меню составлено АНО «Стандарты социального питания» в соответствии с Сан Пин 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» с учетом набора помещений, обеспечения технологическим, холодильным оборудованием.

В период окончания сезона свежих овощей бюджет производится замена сезонных овощей на тушеные, запеченные, отварные, припущенные, консервированные с соблюдением натуральных норм по овощам в соответствии с Сан Пин 2.4.5.2409-08.

И.О. исполнительного директора АНО «Стандарты социального питания»

Л.Е. Луговая

