

УТВЕРЖДАЮ

И.И.Иванова



Н.А.Игнаткина

20 октября 2024 года

СОГЛАСОВАНО

Директор СОИЦ № 16



2024 год

**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(10-ти дневное)**

**ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАНЕВСКОЙ РАЙОН**

Сезон: зимне-весенний

Возраст: от 7 до 11 лет

сезон: зима-весна

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

Прiem пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 1								
завтрак	КАША вязкая молочная из риса и пшени	200	7,6	9,6	31,9	245,9	175	2011
	Сыр полутвердый (поршмаи)	15	3,5	4,4	0	53,7	75	2021
	чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	Хлеб пшеничный формовой	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	Хлеб ржаной	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	Пряники ***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	580	2021
Итого за завтрак		500	17,4	15,7	85,7	555,9		
обед	ОВОЩИ консервированные (порциями) помидоры **	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	Тфтели мясные 2 вариант	110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	Хлеб пшеничный формовой	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	Фрукты свежие (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:		890	25,5	23,8	109,3	741,1		
Итого за день:		1390	42,9	39,5	195	1297		

* - допускается выдача иных фруктов

** - допускается выдача иных овощей

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зима-весна
 возрастная категория: 7-11 лет
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				Углевод м, г
Неделя 1 День 2								
завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА	100	10,6	13,2	14,3	218,5	321	2016
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-тук	25	0,2	0,8	1,2	13	419-тук	2021
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,3	0,1	21,7	89,9	467	2016
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		585	19,3	18,7	84,3	584,3		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	70	0,9	4,3	4,3	58,9	31	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	ТЕФЕЛИ РЫБНЫЕ-тук	110	9,5	9	12	166,5	239	2011
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ	150	3,2	7,7	23,9	173,1	145	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,9	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за обед:		795	26,9	27,5	95,5	730,2		
Итого за день:		1380	46,2	46,2	179,8	1314,5		

** - допускается выдача иных овощей

сезон: зима-весна
 возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Зеленя 1 День								
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры **	60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные-тук	110	9,5	11	12	166,5	486-тук	2021
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,1	6	8,7	105	377	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-тук	30	0,3	1	1,4	15,7	419-тук	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:		600	18,8	18,7	66,1	489,2		
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	0,1	4,4	23,6	56	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,1	4,1	10,6	87,6	100	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	200	13,3	17,5	29,8	430,9	263	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ПРЯНИКИ ***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
Итого за обед:		745	22,4	23,5	113,1	858,4		
Итого за день:		1345	41,2	42,2	179,2	1347,6		

** - допускается выданы овощей

*** - допускается выданы иных кондитерских изделий

сезон: зима-весна
 возрастная категория: 7-11 лет
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Неделя 1 День 4								
завтрак	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, запеченные ттк	180	14,4	14,4	42,7	360	286-гтк	2021
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за завтрак:		535	19,2	16,7	87,9	579,1		
обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0,7	3,1	3,3	43,8	2	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2	3,1	8,9	71,4	128	2021
	МЯСО ТУШЕНОЕ	90	9,5	16,4	2,3	274,5	256	2011
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
Итого за обед:		905	23,5	27,3	97,5	808,7		
Итого за день:		1440	42,7	44	185,4	1387,8		

* - допускается выдача иных фруктов

сезон: зима-весна
 возрастная категория: 7-11 лет
 пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	1	3,6	4,9	56,4	9	2021
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ-тгк	180	12,5	13,9	32,2	294,8	375-тгк	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,8	2,5	13,6	88	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)*	100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021
Итого за завтрак:		580	20,2	20,7	76	565,2		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	100	12,6	15,2	8,1	265,4	297	2011
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)-тгк	150	4,1	5,8	23,8	112,9	400-тгк	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	50	3,8	0,4	24,6	117	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,8	0,5	14	72,1	574	2021
Итого за обед:		795	26,3	25,7	97,3	720		
Итого за день:		1375	46,5	46,4	173,3	1285,2		

* - допускается выданы иных фруктов

** - допускается выданы иных овощей

сезон: зима-весна

возрастная категория: 7-11 лет

понедельник

Примечание	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 1								
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ молочная	200	8,2	6,4	36,9	239,5	223	2021
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	79	2021
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,3	3	0	35,8	75	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,9	13,8	94	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за завтрак:		500	20,1	20,5	86,5	611,4		
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы **	60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	2,1	2,8	7,5	64	115	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	13,4	22,9	31,1	432,1	259	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	20,1	84	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за обед:		830	22,4	27,1	101,2	786,1		
Итого за день:		1330	42,5	47,6	187,7	1397,5		

* - допускается выдача иных фруктов

** - допускается выдача иных овощей

сезон: зима-весна
 возрастная категория: 7-11 лет
 вторник

Прим. пищи	Наименование блюда			Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
					Белки, г	Жиры, г	Углевод. з, г			
Неделя 2 День 2										
завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурац **			60	0,4	0,1	1,1	6,6	148	2021
	НАГЕТСЫ КУРИНЫЕ			100	10,8	10,2	13,6	276,6	326	2016
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ			150	5,6	5	29,6	184,5	256	2021
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ-тк			25	0,2	0,8	1,2	13	419-ттк	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных			200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ			20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ			20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за завтрак:				575	20,2	16,7	74,2	613,7		
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК			60	0,6	3,7	4,5	53,4	22	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ			200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ -ттк			100	12,8	4,1	5,9	112,6	308-ттк	2021
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ			180	3,9	11,8	29,4	239,9	142	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ			200	0,2	0,2	23,8	98	476	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ			40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ			25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за обед:				805	24	24	98,9	709		
Итого за день:				1380	44,2	40,7	173,1	1322,7		

** - допускается выложить иных овощей

сезон: зима-весна

возрастная категория: 7-11 лет

среды

Прием пищи	Наименование блюда			Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
Неделя 2 День 3										
завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)			60	1,1	5,3	4,6	70,8	150	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ-тк			150	13,5	11,6	3,5	201,2	268-тк	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ			200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ			30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*			100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
	ПРЯНИКИ ***			20	1,1	0,9	14,8	73,2	581	2021
Итого за завтрак:				560	19,4	18,6	67,7	545,4		
обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ			60	0,8	3,7	4,6	54,6	26	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ			200	5	2,9	11,7	92,6	113	2021
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ			110	11,1	13,8	11,4	204,6	279	2011
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ			155	4,2	4	25,8	156,6	225	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ			200	0,2	0,1	9,3	38	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ			40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ			40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за обед:				805	27,5	25,4	98,5	722,4		
Итого за день:				1365	46,9	44	166,2	1267,8		

* - допускается выдача иных фруктов

*** - допускается выдача иных кондитерских изделий

сезон: зима-весна
 возрастная категория: 7-11 лет
 питание

Пример пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 5								
завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	60	0,3	3,7	4,6	55,2	30	2021
	ПЛОВ из мяса	160	11,7	13,52	27,68	331,2	330	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	9,5	40	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	110	0,4	0,4	10,8	48,4	82	2021
		580	16,6	18,22	75,38	586,2		
Итого за завтрак:		60	0,5	0,1	1	6,6	149	2021
обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры **	200	1,5	3,5	5,6	60	95	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	100	14,9	18	30,5	299,8	294-гтк	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА-гтк	150	3,9	3,2	23,1	137,1	223	2021
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	1	0,2	20,2	86	501	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	0,5	0,5	11,8	52,8	82	2021
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)*	880	26,2	26	115	753,7		
Итого за обед:		1460	42,8	44,22	190,38	1339,9		

* - допускается выдачи иных фруктов
 ** - допускается выдачи иных овощей

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	560	18,98	18,1	80	554,74
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		24,65	22,91	23,88	23,61

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32,36	32,35	30,61	32,84

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД -50-60% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	1386	43,9	43,66	182,54	1326,42
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		46,2	47,2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		57,01	55,27	54,49	56,44

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г	
Итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	556	18,92	18,684	73,536	569,34
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		15,4	15,8	67	470
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		25	23,65	21,95	24,23

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г	
Итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	827	24,64	26,28	102,22	766,86
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 30 % от суточной нормы:		23,1	23,7	100,5	705
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,5
выход норм в % соотношении за 5 дней		32,00	33,27	30,51	32,63

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД ~50-60% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод м, г	
Итого за 5 дней (вторую неделю) в среднем фактически:	1383	43,56	44,964	175,756	1336,2
СанПиН 100 % суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 50 % от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПиН 60 % от суточной нормы:		46,2	47,2	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		56,57	56,92	52,46	56,86

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	500	17,4	15,7	85,7	555,9
2 ДЕНЬ	585	19,3	18,7	84,3	584,3
3 ДЕНЬ	600	18,8	18,7	66,1	489,2
4 ДЕНЬ	535	19,2	16,7	87,9	579,1
5 ДЕНЬ	580	20,2	20,7	76	565,2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	560	18,98	18,1	80	554,74
6 ДЕНЬ	500	20,1	20,5	86,5	611,4
7 ДЕНЬ	575	20,2	16,7	74,2	613,7
8 ДЕНЬ	560	19,4	18,6	67,7	545,4
9 ДЕНЬ	565	18,3	19,4	63,9	490
10 ДЕНЬ	580	16,6	18,22	75,38	586,2
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	556	18,92	18,684	73,536	569,34
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):	558	18,95	18,392	76,768	562,04

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕД) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	суммарный вес блюд	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	890	25,5	23,8	109,3	741,1
2 ДЕНЬ	795	26,9	27,5	95,5	730,2
3 ДЕНЬ	745	22,4	23,5	113,1	858,4
4 ДЕНЬ	905	23,5	27,3	97,5	808,7
5 ДЕНЬ	795	26,3	25,7	97,3	720
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	826	24,92	25,56	102,54	771,68
6 ДЕНЬ	830	22,4	27,1	101,2	786,1
7 ДЕНЬ	805	24	24	98,9	709
8 ДЕНЬ	805	27,5	25,4	98,5	722,4
9 ДЕНЬ	815	23,1	28,9	97,5	863,1
10 ДЕНЬ	880	26,2	26	115	753,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	827	24,64	26,28	102,22	766,86
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕД):	826,5	24,78	25,92	102,38	769,27

Учебный журнал

Учебный журнал - 2024 учеб. год - 2024 учеб. год - 2024 учеб. год

№ п/п	№ урока	Тема	Дата	Оценки	Замечания
1	1	1	1	1	
2	2	2	2	2	
3	3	3	3	3	
4	4	4	4	4	
5	5	5	5	5	
6	6	6	6	6	
7	7	7	7	7	
8	8	8	8	8	
9	9	9	9	9	
10	10	10	10	10	
11	11	11	11	11	
12	12	12	12	12	
13	13	13	13	13	
14	14	14	14	14	
15	15	15	15	15	
16	16	16	16	16	
17	17	17	17	17	
18	18	18	18	18	
19	19	19	19	19	
20	20	20	20	20	
21	21	21	21	21	
22	22	22	22	22	
23	23	23	23	23	
24	24	24	24	24	
25	25	25	25	25	
26	26	26	26	26	
27	27	27	27	27	
28	28	28	28	28	
29	29	29	29	29	
30	30	30	30	30	
31	31	31	31	31	
32	32	32	32	32	
33	33	33	33	33	
34	34	34	34	34	
35	35	35	35	35	
36	36	36	36	36	
37	37	37	37	37	
38	38	38	38	38	
39	39	39	39	39	
40	40	40	40	40	
41	41	41	41	41	
42	42	42	42	42	
43	43	43	43	43	
44	44	44	44	44	
45	45	45	45	45	
46	46	46	46	46	
47	47	47	47	47	
48	48	48	48	48	
49	49	49	49	49	
50	50	50	50	50	
51	51	51	51	51	
52	52	52	52	52	
53	53	53	53	53	
54	54	54	54	54	
55	55	55	55	55	
56	56	56	56	56	
57	57	57	57	57	
58	58	58	58	58	
59	59	59	59	59	
60	60	60	60	60	
61	61	61	61	61	
62	62	62	62	62	
63	63	63	63	63	
64	64	64	64	64	
65	65	65	65	65	
66	66	66	66	66	
67	67	67	67	67	
68	68	68	68	68	
69	69	69	69	69	
70	70	70	70	70	
71	71	71	71	71	
72	72	72	72	72	
73	73	73	73	73	
74	74	74	74	74	
75	75	75	75	75	
76	76	76	76	76	
77	77	77	77	77	
78	78	78	78	78	
79	79	79	79	79	
80	80	80	80	80	
81	81	81	81	81	
82	82	82	82	82	
83	83	83	83	83	
84	84	84	84	84	
85	85	85	85	85	
86	86	86	86	86	
87	87	87	87	87	
88	88	88	88	88	
89	89	89	89	89	
90	90	90	90	90	
91	91	91	91	91	
92	92	92	92	92	
93	93	93	93	93	
94	94	94	94	94	
95	95	95	95	95	
96	96	96	96	96	
97	97	97	97	97	
98	98	98	98	98	
99	99	99	99	99	
100	100	100	100	100	

10. Количество часов по плану 100 часов, фактически 100 часов.

11. Место проведения: кабинет № 10, школа № 10, район № 10, город № 10.

12. Дата проведения: 2024 г.

13. Подпись: _____

14. Место: _____

15. Дата: _____

